

# みんなの体育館イベント 10月23日(土)

## 🎵 おためしバイキング 🎵

参加料金

1200円で参加し放題！！

1レッスン券 700円

※当日限定のイベントです。  
ぜひ参加をお待ちしております。

	第二体育室	会議室
9:30 ~10:30	懐メロエアロ (穴澤) 32名	フラダンス (片之坂) 16名
10:50 ~11:50	ダンシングエアロ (飯田) 32名	ゆったりヨーガ (遠藤) 16名
13:00 ~14:00	バランス コーディネーション (大石) 32名	
14:20 ~15:20	ピラティス (井村) 32名	

### 参加方法

- ①10月7日(木)午前9時~ 先着順に受付をします。
- ②窓口又は電話でお申し込みください。
- ③費用は、参加当日に窓口にてお支払いください。
- ④窓口へ料金をお支払頂きましたら、おためしバイキングカードをお渡します。
- ⑤定員に空きのあるレッスンは、当日の朝9時から定員までの整理券を配布します。

色々な  
レッスンに  
チャレンジ!



※同じ時間帯でご参加できるレッスンは1レッスンに限ります。  
※開始から5分以上経過したレッスンへの途中参加はご遠慮ください。  
※18歳以上の医師から運動を許可されている健康な方が対象です。

