11月23日（月・祝）
大人運動教室／特別スケジュール

	1階　板張り武道場
11:00	
12:00	11:00～12:00 ゆるトレ
13:00	初瀬
	12:20～13:20 ボディアタック
14:00	本多
	13:40～14:40 すっきりシェイプ ※定員10名
15:00	一坊寺
16:00	15:00～16:30 美健ヨガ　～フルコース～ 90分間
16:30	

★参加特典★
太陽礼拝・月礼拝の
シークエンスカードを
プレゼントいたします♪

～参加費～

- 定期券　：　通常通り
- 回数券　：　2枚
- 1回参加：1,500円

Yoshimura

★約3年ぶりの90分クラス限定復活★
じっくりと時間をかけて身体をほぐし、
優雅な時間を過ごしましょう♪



久留米総合スポーツセンター　トレーニング室
☎0942-46-8411