

3施設合同

2026

サブスク会員
無料

海の日

イベント限定プログラム

7月20日(月)

ひがし健康プラザ

種目：リカバリーヨガ

時間：11:15～12:00

対象：中学生以上

申込：当日参加型(先着順)

参加費など詳細は
QRコードより⇒



猿楽トレーニングジム

種目①：やさしいラテンエアロ

時間：12:00～12:45

種目②：呼吸でゆるめるヨガ

時間：13:00～14:00

対象：中学生以上

申込：当日参加型(先着順)

参加費など詳細は
QRコードより⇒



代官山スポーツプラザ

種目：DISCO WORLD

時間：10:30～11:15

対象：18歳以上

申込：当日参加型(先着順)

参加費など詳細は
QRコードより⇒



海の日限定の特別イベント！

初心者でも安心して楽しめる内容です。

お問合せ先

・プログラムの詳細は各会場へお問い合わせください

ひがし健康プラザ ☎03-5466-2291

代官山スポーツプラザ ☎03-5428-0831

猿楽トレーニングジム ☎03-3461-3447

PLAY!
SPORTS
SHIBUYA
パートナーズ