

鈴松ペアによるスペシャルコラボレッスン

【木曜日】 場所：さんりーな研修室

10/2 基本をマスターしよう！！
歩きのこつ&柔軟性UPストレッチ

11/6 代謝UP室内ウォーキング&
股関節エクササイズ

12/4 足裏アーチ作り&リズム運動

6回参加した方にはプレゼント
あります！



【土曜日】 場所：さんりーなスタジオ

10/25 リズムに合わせてバランスUP&
やさしいストレッチ

11/22 美姿勢ウォーク&
やさしいピラティス

12/13 お腹周りすっきりピラティス&
ウォーキング

全て室内で行います！

9/20(土)申込開始

時 間：14:30～16:00

料 金：800円※アクティブチケット不可

総合受付でお支払後レシートをもっておこしください

定 員：20人

持ち物：室内靴・タオル・飲み物



お申込は
ミズノさんりーなHP ↑
または
さんりーなトレーニング室



東遠カルチャーパーク総合体育館さんりーな

TEL：0537-22-5553

〒436-0043 掛川市大池2250

●受付時間 9:00～19:30

●休館日 毎週火曜日（祝日営業）
年末年始