

サンテさかど 2022年度 スタジオ9 教室 体験プラン実施



◆体験教室内容◆

	曜日	日程	時間帯	空人数	講師
リフレッシュ朝ヨガ	水	9/7・14・21・28	9:00~9:50	18名	えい
コアコンディショニング			10:00~10:50	20名	Haruka
リラックスヨガ			11:00~11:50	14名	えい
骨盤ストレッチ	木	9/8・15・22・29	9:30~10:20	15名	近藤
骨盤エクササイズ			10:35~11:25	14名	
ZUMBA			9/15・22・29・10/6	11:40~12:30	
はじめてのピラティス	土	9/3・10・17・24	9:00~9:50	14名	まい
やさしいピラティス			10:00~10:50	11名	
ベーシックヨガ			11:00~11:50	5名	えい

※定員になり次第、締め切らせていただきます。

対象：一般(高校生相当以上)
受講料：¥2,640(税込) 全4回
開催場所：2F スタジオ

申込開始日：8/19(金) 9:00 よりスタート

※電話予約も同時に開始いたします。

申込方法：申込書を提出し、当施設事務室にてご入金ください。

※電話予約の方は5日以内にご入金がない場合はキャンセル扱いとなります。

教室で必要な物：教室により異なりますので、申し込み時、案内いたします。

※個人情報に関しましては、教室受講及び教室管理以外には使用いたしません。

【随時人数の変動がありますので、お問合せの上、お申し込みください】



健康増進施設サンテさかど

TEL：049-280-7111

〒350-0269 埼玉県坂戸市にっさい花みず木1丁目3

<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7532>

指定管理者：ミスノ・セイホクススポーツグループ

開場時間：8:30~22:00

営業時間：9:00~22:00 (プールのみ 10:00~21:00)

休館日：毎週火曜日(但し、祝日の場合は翌日の祝日
以外の日となる)

年末年始休館日 12/30~1/2