

ディスコサウンドで楽しく身体を動かして♪椅子を使ってストレッチ♪

DISCO WORLD & ストレッチ



～レッスン 詳細～

★ 講師紹介 ★

場 所 ■ 勤労者福祉会館

日 時 ■ 月曜日 10:45～11:45

参加料 ■ ミズノアクティブチケット1枚
 5枚組：2,750円 (税込)
 10枚組：4,950円 (税込)
 アクティブチケットは会場(現地)にてご購入出来ます。
 ※当日はなるべくお釣りの無いようご協力お願いします。

定 員 ■ 8名

- ◇受付：勤労者福祉会館(会場) 受付
- ◇持ち物：動きやすい服装、動きやすいシューズ、飲み物、タオル JWI VIP認定DISCOWORLDインストラクター
- ◇対象：どなたでも大歓迎です！



松本 百代

満車の場合はドン・キホーテ西側の駐車場をご利用お願いします。

リズムに合わせて楽しく身体を動かしましょう！
 お気軽にご参加下さい♪



📷Instagramもやっています♪
 フォロー&いいねお願いします！



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
<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7193>

●営業時間 9:00～21:30
 (日・祝日は18:00営業終了)

●休館日 毎週火曜日
 年末年始



掛川社会HP