

栗山公園健康運動センター 祝日特別教室

11月23日 勤労感謝の日

## 体幹トレーニング

10:15~11:00

350円(税込)

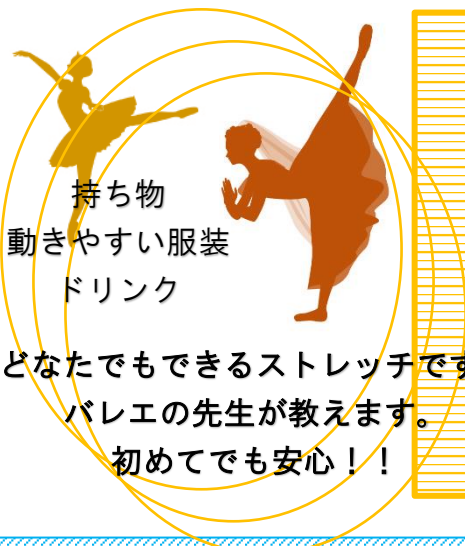
持ち物  
動きやすい服装  
室内シューズ  
ドリンク



場所: 2階グリーンフィットネスルーム

定員: 20名(各教室)

フロントにて当日支払い



持ち物  
動きやすい服装  
ドリンク

どなたでもできるストレッチです。  
バレエの先生が教えます。  
初めてでも安心!!

## バレエストレッチ

11:15~12:15

700円(税込)

予約: 栗山公園健康運動センター 042-382-1001