

柿/木 新春特別教室



1回 500円(月・年会費なし) 初めての方もお気軽にお越しください♪

1/22(日) 9:00~9:50 POPピラティス



1/27(金) 9:00~9:50 ヨガ



担当:Eri

1/10・31(火) 13:10~14:00 ボールdeエクササイズ



1/25(水) 13:10~14:00 **パワーコア (プログラム変更)**

→コンディショニングエクササイズ



担当:錠者(じょうしゃ)

 ...マットが必要です

 ...シューズが必要です

お問合せ 柿/木台公園体育館
☎ 047-331-1131