



ビジョンよしだの

秋のスタジオ無料体験教室

高校生以上から参加できます。お気軽にどうぞ！

10月1日(月)	19:15～	かんたんステップ	定員25名	川崎
3日(水)	13:45～	いきいき教室		川崎
	15:00～	初めてステップ	定員25名	川崎
	19:15～	初めてリズム体操		渡辺
4日(木)	19:15～	初めてヨガ&ストレッチ		川崎
5日(金)	13:45～	すっきり!!シェイプ		岩城
	15:00～	からだトレーニング		長谷川
6日(土)	13:45～	初めてトレーニング		長谷川

◎会場 第1スタジオ(2階)

◎料金 無料(入館料は、別途必要です)

◎持ち物 運動できる服装・室内専用シューズ・タオル・補給用の水分

◎その他 教室時間は60分です!!

※ ・道具を使う教室は定員になり次第、締め切らせていただきます。

事前申し込みは必要ありませんので、直接会場にお越しく下さい。

・ヨガ教室は、シューズは必要ありません。



ビジョンよしだ (0256) - 93 - 6600