

当日教室

木曜日開催

チェア・エクササイズ



足に負担なく

股関節や上半身を整えます。



担当：日野

日程	2月5. 12. 26日	3月5. 12. 19. 26日
時間	11：30～12：30（60分）	
場所	西楽園 2階 会議室1・2	
定員	20名（先着順） 高校生以上の方	
料金	1回 600円（当日支払い） ※別途施設入館料がかかります。	
受付	西楽園 事務所窓口にて開館（9時）より受付開始 先着順。定員になり次第締め切りとなります。	
持ち物	内履き・タオル・フタが閉まる飲み物（ビン・缶以外）	
備考	他の方の代理手続きは出来ません。 指導員の都合により開催日の変更が発生する場合があります。 教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。	