

# Christmas

## フィットネス教室

平成最後のクリスマス  
ココロもカラダも温まろう☆

コアトレ

9:30~10:15

中山

かんたんステップ

10:45~11:30

中山

NEW!  
HIITシェイプ

13:00~13:45

塩谷

ZUMBA

14:15~15:00

田村

代謝アップヨガ

15:30~16:15

キンセス

各教室 ¥500

クリスマス仮装

赤のTシャツ・ボトムス  
での参加は

**無料**

開催日 12月25日(火)

各教室 定員15名

※教室開始30分前より窓口にて受付致します

