

開放時間内であれば
お好きな時間からご利用頂けます!!

ママ・パパの
リフレッシュタイムに♪

キッズスペースへお子様を預けて

スタジオレッスン受けませんか!?

※託児施設ではございません。自由に遊べるスペースの開放となります。
子どもの体操クラスを担当しているスタッフがお子様をお預かりしますのでご安心ください!

開催日: **9月23日(月・祝)**

対象年齢: **2歳～6歳11ヶ月**

開放時間: **9:30～14:00** (施設可能なファミリーロッカーをご利用頂けます。)

参加可能レッスン: **①栄養withトレーニング 9:40～10:25 (定員:50名)**

《管理栄養士による栄養講座と、健康な体を保つためのトレーニングやストレッチを行います!》

②HIPHOP 11:00～12:00 (定員:50名)

《最新のミュージックに合わせて基本ステップから練習し踊る楽しさを体感しましょう!》

③美ボディメイク体操 12:30～13:30 (定員:25名)

《ジャズ音楽に身をゆだねて、リンパの流れを良くし、凝りをほぐすマッサージ・エクササイズを行い、
穏やかな呼吸・美顔トレーニング・バレエで美しい立ち姿を目指しましょう!》

④Group Power60 12:50～13:50 (定員:35名)

《バーベルを使用しノリの良い音楽に合わせて全身の筋力トレーニングをします!》

—申込方法—

受付開始: 9月12日(木)10:00～電話または4階フロントにて

品川健康センターTEL:03(5782)8507

入金方法: 9月23日(月・祝)当日に、4階券売機で施設利用料のチケット(500円)を

利用人数分購入しフロントへお持ちください。

施設利用料500円(税込):税率8%・税抜463円・消費税37円

各レッスン開始30分前より
4階フロントにて整理券を
配布いたします!!
整理券を持ってスタジオへ
ご参加ください!