

モッサ

イベント

レッスン

MOSSA EVENT LESSON

2024年2月12日（月・祝）

13:00~14:00 GROUP
POWER
（定員50名）

SUZU & YUU & SOTA

バーベルを使用し、エキサイティングな音楽に合わせて行う全身の筋力トレーニングです。

14:20~15:20 GROUP
CENTERGY
（定員50名）

SUZU & MOEKA

ヨガとピラティスを融合させた、体幹部やバランス、柔軟性の強化を目的としたクラスです。

15:40~16:40 GROUP
fight
（定員50名）

SUZU & KAZU & SOTA

総合格闘技の動きを取り入れたエクササイズプログラムです。心肺機能向上、脂肪燃焼、ストレス解消に導きます。

会場：品川健康センター7階ホール

料金：各1,100円（税込）／名

対象：15歳以上

1月29日（月）9:00より予約受付開始

※1月29日（月）は電話受付のみ

※1月30日（火）以降は電話または品川健康センター4階受付で承ります。

※料金は、レッスン開始前に4階受付にてお支払いください。（現金のみのお取り扱いです）

※当日キャンセルの場合は、料金の100%をいただきます。

※その他、HP・受付にございますレッスン概要をご確認の上、お申し込みをお願い致します。

♥バレンタイン直前のイベントレッスン！

♥2レッスン以上ご参加の方にはプレゼントがございます！

♥可能であれば、ピンクもしくは赤色のものを身に着けてご参加ください！

品川健康センター

TEL:03(5782)8507

【営業時間】

平日 9:00~22:00

土曜 9:00~21:00

日祝 9:00~18:00

※社会情勢により営業時間が変更となる場合があります。



SUZU



YUU



KAZU



SOTA



MOE
KA

MOSSA EVENT LESSON

【レッスン概要】

日程：2024年2月12日（月・祝）
会場：品川健康センター7階ホール
料金：各1,100円（税込）／名
対象：15歳以上

時間／レッスン名／定員

- ・ 13:00~14:00／グループパワー／50名
- ・ 14:20~15:20／グループセンチジャー／50名
- ・ 15:40~16:40／グループファイト／50名

お持物

- ・ ウエア、シューズ、お飲み物
- ・ 可能であれば、ピンクもしくは赤色のものを身に着けてご参加下さい。

申込方法

- ・ 事前予約をお願い致します。
- ・ 1月29日（月）9：00より予約を受け付けます。
- ・ 1月29日（月）は電話受付のみ、
1月30日（火）以降は電話または品川健康センター4階受付で承ります。

レッスン当日

- ・ レッスン開始前に、4階受付にて料金をお支払いください。
- ・ 受付にてレシートとロッカーカードをお受け取り下さい。
- ・ 当日は、シャワー・ロッカーのご利用が可能です。
- ・ ロッカーにてお着替えいただき、7階レッスン会場にお越しください。
- ・ 7階レッスン会場受付にて、レシートをご提示ください。
- ・ 会場への入室は、入場口にお並び頂いた順にご案内いたします。
スタッフの指示に従って、お並びください。
- ・ 2レッスン以上ご参加の方には、プレゼントがございます。
グループセンチジャーのレッスン終了後から、対象の方には順次ご案内いたします。

注意事項 ※ご了承の上でお申し込みください。

- ・ 当日キャンセルの場合は、料金の100%をいただきます。
- ・ 入金後の返金・譲渡・振替はいかなる理由においても出来ません。
- ・ 参加に対し、現在医師から運動禁止の指示はなく、当日の体調には万全を期し、自己責任の上ご利用ください。
- ・ 妊娠中の方はご参加できません。
- ・ 建物、備品等に損害を与えたり、紛失をした場合は、実費を賠償していただきます。
- ・ レシートの再発行はできません。
- ・ お荷物は自己管理をお願いします。4階のロッカールームや受付前にある貴重品ロッカーをどうぞご使用ください。
- ・ 本レッスンのために取得した個人情報、本レッスンにかかる内容以外の目的には使用致しません。
- ・ 資料のため、写真撮影を行う場合がございます。ご承知おきください。

品川健康センター
TEL:03(5782)8507

【営業時間】

平日 9:00~22:00

土曜 9:00~21:00

日祝 9:00~18:00

※社会情勢により営業時間が
変更となる場合があります。