

令和4年4月～7月7日まで

亀戸スポーツセンター

臨時ショートエクササイズ

	月	火	水	木	金	土	日
午前			<p>脳トレ& ストレッチ 9:05～9:25 佐藤</p>		<p>マスクは必ず着用をお願い致します。</p> <p>定員は15名とさせていただきます。 5分前までに集合してください。 定員を超えた場合は その場で抽選となります。</p> <p>開始時間過ぎてからの 途中参加は出来ません。</p> <p>祝日はお休みとなります。</p>		
			<p>チューブ トレーニング 11:30～11:45 佐藤</p>				
午後		<p>ポール&チューブ トレーニング 14:50～15:10 佐藤</p>	<p>ポール DE リラックス 12:05～12:25 佐藤</p>	<p>ポール DE リラックス 15:00～15:20 佐藤</p>	<p>開催場所 3F 小体育室</p>		