

城島げんきかん 無料運動教室 予定表

◇各教室は30分の無料運動プログラムとなっております。同じプログラムでも担当者によって内容は異なります。
◇参加対象は高校生以上となります。事前申し込みの必要はありません。(中学生以下の方は入室できません)
◇フロアの教室には、ヨガマットや室内シューズが必要です。(●がついているプログラムは室内シューズ必要)
◇ヨガマットの貸し出しはありますが、使用後は各自で消毒をお願いします。(2階事務所スタッフにお声かけ下さい)
◇2階フロア(3階和室)教室 11:10、14:10、19:10 / プール教室 12:00、15:00、20:00 (プール利用料必要)

</