

柴崎体育館リニューアルオープンイベント ～バレトン体験教室～

4/5(日)

1部目14:00～

2部目14:45～

(30分程度)

バレトンとは・・・

フィットネス・バレエ・ヨガを融合した
新感覚エクササイズ「バレトン」。

音楽に合わせて全身を動かし、

しなやかで引き締まったカラダを目指します。

運動が苦手な方や初心者の方も大歓迎!

【開催日】 4/5(日) 【場所】 スタジオ

1部14:00～、2部14:45～

【対象者】 成人以上の男女

【持ち物】 動きやすい服装、タオル、飲み物(蓋付)

【体験教室のご案内】

当日、「無料体験教室カード」をお配りいたします。

レッスン開始5分前までに「無料体験教室カード」を持ってスタジオへ
お越しください。先着15名程度です。

レッスン開始の5分前までに、スタジオにお越しください。

裸足で行うのでシューズは不要です。

ご不明な点は、泉市民体育館受付までお問い合わせ下さい。TEL:042-536-6711

