

3月1日より受付開始!

初級

170ビークラス教室

【全12回】

日時：令和6年 4月2・ 9・16・23・30日(火)
5月7・14・21・28日(火)
6月4・11・18日(火) 全12回



Ⓐ：10時～10時45分

Ⓑ：11時～11時45分

(初めての方も安心です。基本のステップを行います。
基礎体力を作りたい方におすすめです。)

場所：勤労福祉会館 集会室

講師：毛利 恭子 (FNC パーソナルトレーナー)

定員：各30名 (申込順)

費用：6,000円 (受講料/各コース)

持ち物：運動に適した服装、シューズ、タオル

マスク、水分補給用の飲み物

申込方法：窓口または電話にてお申し込みください。

申込後、都合が悪くなった場合は、早めにキャンセルの
連絡をお願いします。

直前キャンセル・無断キャンセルのないようにお願いします。

申込み・問い合わせ：練馬区立勤労福祉会館

練馬区東大泉5-40-36

TEL 03-3923-5511

(9:00~21:00)