

Studio

itoman sports club



## 祝日営業スタジオプログラムのお知らせ

日付	時間	種目	担当者	レッスン詳細
9/ 23 土 祝日営業	10:30~ (45)	JAZZ	小林	踊りながらJAZZの基礎技術 や コンビネーションを楽しく 覚えるダンスクラスです。
	11:55~ (45)	リラックス& ストレッチ	茂木	※整理券の配布が10:00~ スタジオ入室・整理券回収が 11:45~となります。
	12:50~ (60)	イージー	古川	前半はエアロビで汗をかき後半を マットを使い筋肉のバランスを整え ストレッチをする初心者の方に やり易いエアロビです。

営業時間…10:00~17:30

※最終退館時間 18:00

**iTOMAN**  
Sports club