11月

やさしく　たのしく　はじめやすい



おとなクラス プログラム

コンディショニング

水曜日（30分クラス）	4日	11日	18日	25日
10:30～11:00	骨盤調整 ストレッチ	ストレッチ ポール	骨盤調整 ストレッチ	ストレッチ ポール
13:30～14:00	ストレッチ ポール	骨盤調整 ストレッチ	ストレッチ ポール	骨盤調整 ストレッチ



木曜日（45分クラス）	5日	12日	19日	26日
10:30～11:15	休止	休止	休止	休止
14:30～15:15	休止	休止	休止	休止



月いち

土曜日（45分クラス）	
10:30～11:15	休止

お知らせ

・木曜日プログラムはスタッフの都合により「休止」いたします。
ご迷惑をおかけしますが、何卒ご了承お願いいたします。

ご予約・お問合せ

定　員　8名(先着順)

予約開始　10月20日(火) 朝10時より

予約内容　①ご氏名 ②ご希望日 ③ご希望時間をお伝えください。

※キャンセル待ちもお受けいたします。

予約先　お電話、または窓口まで

YTV CLUB SPORTS

TEL 0550-70-2545

株式会社ジョットインターナショナル