

有料
定員
25名

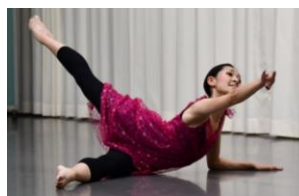
ゴールドジム東陽町スーパーセンター店

有料バレエレッスン

4月11,25日(木)

『バレエ初級～』

16:25～16:55



担当：宮嶋文弥子インストラクター
場所：ゴールドジム東陽町店
6Fエアロビクススタジオ

定員：25名 ※定員次第予約受付終了

料金：¥880-(税込)

※他店舗メンバー、提携法人メンバー、ビジターは別途施設利用料必須

予約方法：当日店頭予約

ご予約時にお支払い、整理券配布

※ポワント(トゥシューズ)使用不可

回転やジャンプなどバレエには欠かせない
体幹の強化や正しい身体の使い方のコツ、
丁寧に指導します！

FIA(一般社団法人 日本フィットネス産業協会)からのガイドラインを踏まえ、飛沫感染リスクへの対策徹底の為、以下のご協力をお願い致します。
・レッスン中も含め、マスク完全着用とさせていただきます。・過度な大きさ・頻繁な声出しはお控えいただきますようお願い致します。
・ハイタッチや握手等のスキンシップはお控えいただきますようお願い致します。・各施設(ロッカー、シャワールーム等)においても感染対策もルール厳守、お願い致します。

GOLD'S GYM