

各レッスン**500**円(税込)！お気軽にご参加ください！

1DAYレッスン

2021年						
2月						
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1日	2日	3日 休講 20:05～20:50 ZUMBA 担当:桜井 定員:10名	4日	5日 19:00～19:45 ZUMBA 担当:藤田 定員:10名	6日 14:45～15:15 Group Fight30 担当:MOSSA インストラクター 定員:10名
7日	8日	9日	10日 20:05～20:50 ZUMBA 担当:桜井 定員:10名	11日	12日 19:00～19:45 ZUMBA 担当:藤田 定員:10名	13日 14:45～15:15 Group Fight30 担当:MOSSA インストラクター 定員:10名
14日	15日	16日	17日 20:05～20:50 ZUMBA 担当:桜井 定員:10名	18日	19日 19:00～19:45 ZUMBA 担当:藤田 定員:10名	20日
21日	22日	23日	24日	25日	26日 19:00～19:45 ZUMBA 担当:藤田 定員:10名	27日 14:45～15:15 Group Fight30 担当:MOSSA インストラクター 定員:10名
28日	<p align="center">●ZUMBAについてのご案内●</p> <p>緊急事態宣言により20時までの短縮営業となったため 3日のZUMBAは休講となります。 10日、17日のレッスンも緊急事態宣言が延長になり次第、 休講になる場合がございます。ご参加の方はお手数おかけしますが、 HPや電話でのご確認をお願いいたします。</p>					
<p>ZUMBA ラテン系の音楽とダンスを 融合させた ダンスエクササイズです！</p>		<p>Group Fight 脂肪燃焼、ストレス発散におすすめ 格闘技系エクササイズです！</p>		<p align="center">お知らせ</p> <p>1月より当日抽選方式に変更となりました。 レッスン開始時間20分前より抽選致します。 ※定員を上回った場合抽選となります。</p>		

※1DAYレッスンの抽選は、レッスン開始時間20分前にお集まり頂いた方のみ抽選申し込み致します。

※おひとり様1枠での抽選となります。また、電話での抽選申し込みは出来ません。

※マスク着用でのレッスン参加をお願い致します。タオルやお飲み物はご持参ください。

※レンタルシューズの貸し出しはしてありません。

葛飾区奥戸総合スポーツセンター TEL:03-3691-7111