

9月イベント情報

9/23
(月・祝)

たくさん汗をかいて!

9月1日(日)9:00から申し込み開始

夏パテなんが吹き飛ばそう!! in 妙正寺!

①ダンベルシェイプ 9:30~10:20

②初めてのピラティス 10:35~11:25

③ファットバーンシェイプ 11:40~12:40

【料金】各610円 【場所】小体育室 【持ち物】室内履き・
運動に適した服装・タオル・飲み物 【定員】各35名
【対象】15歳以上(中学生を除く) ※複数申し込み可

9/29
(日)

9月1日(日)9:00から申し込み開始

フライング ディスク教室

【時間】11:20~12:40 【料金】200円 【場所】体育館
【持ち物】室内履き・運動に適した服装・タオル・飲み物
【定員】30名 【対象】小学生以上 ※障がいをお持ちの方も楽しめます

お申し込み

お電話での予約又は妙正寺体育館窓口へ

TEL 03-3399-4224

7月21日(日)までは区内(在住・在勤・在学)の方優先。7月22日(月)以降で空きがある場合は、区外の方も可。