

# 平成30年9月17日(月) 敬老の日 祝日プログラム

9/17(月)

スタジオ		プール	競技場		
9:00 ~ 21:00		10:00 ~ 20:30		9:00 ~ 12:00	
レッスン 10:00~11:00 <b>定員35名</b> ヨガ【★】 三柳 		<h1>一般開放</h1>	一般開放		
11:15~12:00 おためしエアロ 鶴見 			A 面 フォークダンス 指導員配置	B 面 卓球	
12:15~13:15 パワーヨガ 岡野					<h2>休憩</h2>
13:30~14:20 太極拳 深山			13:00 ~ 17:00		
14:30~15:30 <有料スクール> いきいき体操 内田 <b>1回体験受付中</b>			13:45~14:30 アクアエクササイズ 渡辺(美)	A 面 バドミントン	B 面 卓球
15:45~16:30 スローエアロビク 相原 			<b>敬老の日</b> 		
18:45~19:45 <有料スクール> ヨガ 丸橋 <b>1回体験受付中</b>			当日は高齢者(65歳以上)のお客様は9月17日に限り、 <b>施設使用料が無料になります！</b> ※必ず身分証明書をお持ちになって、スタッフにご提示ください。		
19:45~20:45 <有料スクール> ベリーダンス 弘田 <b>祝日の為、時間変更</b>			18:00 ~ 21:00		
			A 面 バドミントン		B 面 卓球
			<b>20時30分 退水/20時40分 更衣室退室</b>		
<h1>21:00 閉館 (21時完全退館となります)</h1>					

○スタジオプログラムにて【★】マークのあるものは整理券が必要なレッスンです。

整理券はレッスン開始30分前から2Fカウンターにてお渡しします。

○祝日プログラムは担当のインストラクターの都合により急遽中止になる場合がございます。予めご了承ください。

板橋区立東板橋体育館 指定管理者東京ドームグループ