

facebook いいね!
とちプラザ最新情報はこちらから



友だち追加してね/
LINE
とちプラザの最新情報をお届けします!

プラザ フィットネスレッスン



料金
1レッスン
500円

1月の開催日程

ZUMBA



Q-Ren

～ボディメンテナンス骨盤体操～



美ユティ Body Wave®

PILATES ピラティス
ヨガ



新型コロナウイルス感染防止対策のご協力をお願いいたします。

- ①全てのレッスンで**20名**の人数制限を設けます。必ずご予約ください。
- ②入室時、検温・アルコール消毒、マスクの着用をお願い致します。
- ③レッスン前後は換気のため窓を開けます。

無料で託児室がご利用いただけます。
2歳～未就学児が対象です。必ず前もってご予約が必要となります。
保育士がお子さまと遊びながら待ってくれます。
パパ・ママのご参加お待ちしております。詳しくはとちプラザまで。

9日(土) 16日(土)	10:00 ～ 10:45	PILATES ピラティス	長田	動きやすい服装 タオル 上靴 お飲み物
	11:15 ～ 12:00	ZUMBA	田中	
23日(土)	10:00 ～ 10:45	ヨガ	長田	
	11:15 ～ 12:00	PILATES ピラティス	長田	
30日(土)	10:00 ～ 10:45	ヨガ	長田	
	11:15 ～ 12:00	ZUMBA	田中	



お問い合わせ・お申し込み
とちプラザ
☎0155-22-7890

主催:とちプラザ指定管理者
株式会社オカモト
後援:帯広市教育委員会