

速報！

7月より 総スポフィットネススタジオが 変わります！

皆様こんにちは！ 晃一です
いつもセカンドフロア通信をお読み
いただいております♪

来月7月より総スポ2階スタジオの
レッスンメニューが大きく変わります！
どのように変わるかは6月上旬に館内掲示や
HPにて皆様にお知らせいたします。
もちろんいままでと違うレッスンも
取り入れていきますので
皆様ぜひともご期待下さい♪

7月からは今までの形でのセカンドフロア
通信ではなく総合スポーツセンターで行われる
様々なイベントを発信する場として
連載させて頂きますので楽しみにしてい
てくださいね！

～お電話でのお問合せはこちらどうぞ～

葛飾区総合スポーツセンター 03-3691-7111
温水プール館 03-3695-9911
水元体育館 03-3609-8182
住友不動産エスフォルタ・東洋管財共同事業体

ウィークエンドレッスン イベント実施!!

6月の総スポはイベントづくし！
1階トレーニングルームの
ストレッチスペースにて
毎週末土日にイベントレッスンを
開催しちゃいます！！
様々なタイプのレッスンが
毎週ご提供させて頂きます♪
詳細はスポかつHPや各館館内の
掲示POPにて告知いたします♪
ただいま計画中のレッスンは・・・

ダンス系レッスン♪
フラダンスやダンスミックス
レッスン、人気のZUMBAなど♪

コンディショニング系！
骨盤エクササイズやポルドブラ！

たっぷり汗をかける格闘技系♪
ヨガとマーシャルアーツの融合
ヨギックアーツ！

今回のウィークエンドレッスンは
すべて1回500円で受講が
出来ます！
ご興味があるレッスンがありましたら、是非お気軽にお問合せ下さい♪

スポーツかつしかホームページ
<http://www.spo-katsushika.com/>

