

4月分 猿楽トレーニングジム 開館予定表

Mar.Time Table Of Fitness Classes

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 休館日	2	3	4	5 リフレッシュ体操 Refresh Exercises 14:00~14:45	6
7	8 休館日	9	10	11	12 リフレッシュ体操 Refresh Exercises 14:00~14:45	13
14	15 休館日	16	17	18	19 リフレッシュ体操 Refresh Exercises 14:00~14:45	20
21	22 休館日	23	24	25	26 リフレッシュ体操 Refresh Exercises 14:00~14:45	27
28	29 昭和の日	30				

※4月27日(土)~5月6日(月)の期間は毎日開館いたします。5月7日(火)は休館日となります。

★教室のご案内(Lesson information)

リフレッシュ体操
定員 30名

・・・ 45分の健康体操です。筋力トレーニング
やストレッチ、道具を用いたエクササイズ
など、様々な運動を行います。健康の維
持・増進に最適です。

information

★開館時間(Opening time) 9:00~21:00

※最終入場(Last admission) 20:00

★利用料金(Fees)

高校生以上・・・400円
(Adult)

中学生・・・100円
(junior high school student)

★お問い合わせ

(For more information, contact)

渋谷区猿楽町12-35

☎03-3461-3447

<http://www.ss-kousya.com/>