KNOW YOUR OWN STRENGTH

日曜日週替わりプログラム

12月6日(日)

13:30~14:30　Jazzダンス　　担当:聖治

12月13日(日)

13:30~14:30　コンテンポラリー初級

担当:高橋　志帆

音楽に合わせて自由な身体表現を楽しむダンスレッスンです。

12月20日(日)

13:30~14:30　ベーシックピラティス

担当:淵上　亜美

12月27日(日)

13:30~14:30　soulダンス　　担当:聖治

70・80年代の懐かしいディスコサウンドを使って
ステップを踏んでいきます。

ゴールドジム町田東京

Thank you for your cooperation. Gold's Gym Management.