



初夏の 無料体験会

6 月	2・9・16日	ヨガ	9:30 ~ 10:15(講習45分)
		ピラティス(朝)	10:30 ~ 11:15(講習45分)
	23・30日	ピラティス(夜)	20:30 ~ 21:15(講習45分)

5月1日より受付開始!!

事前予約制 前日までに電話・直接当館事務室窓口へ
先着順 (定員になり次第締め切らせて頂きます)

☎ 03-3980-3131 (電話受付 朝10時~夜8時)

対象年齢 16歳以上

各回定員 20名・当日は30分前より受付開始

運動の出来る服装でお越し下さい。



無料体験会への参加は
お1人様2回まで可能です。

7月よりの通常講習については
スタッフまでお問合せ下さい

IKE Biz

としま産業振興プラザ



IKE・Biz としま産業振興プラザ

〒171-0021 東京都豊島区西池袋 2-37-4