

自宅簡単15分♪

# キャン Cantレ

実施期間

9月20日(木)～9月26日(水)

●10:00～10:15

●13:00～13:15

●20:00～20:15

ストレッチスペースにて15分間のショートレッスンを開催☆  
予約不要ですので各お時間までにストレッチスペースへ  
お集まりください！ストレッチと筋トレを組み合わせ  
誰でも、ご自宅でもできる内容ですので是非ご参加ください♪

TOBU フィットネスクラブ  
N ネオス 春日部  
いちのわり