



★の数はクラスの運動量です  
 ★ゆっくり ★★程よく動く  
 初めの方でも👍がついていないクラスも受講可能です！

営業時間：9：00～17：30  
 定休日：水、木（その他不定休日あり）

5

May

K→KANAE  
 M→MIDORI  
 E→ERI

# YOGA & OUTDOOR FITNESS

日	月	火	水	木	金	土
31					1	2
10:00-11:00 HIP UP YOGA ★★ E	<div style="display: flex; flex-direction: column; gap: 5px;"> <div style="border: 1px solid #ADD8E6; width: 20px; height: 10px;"></div> 公園内を開花に合わせて散策します（雨天時中止）</div> <div style="border: 1px solid #90EE90; width: 20px; height: 10px;"></div> 芝生広場で実施（雨天時中止）					

初めての方は1,100円で受講できます！

豊富なプログラム内容！楽しみながら健康になる

都度料金(初めての方は1,100円)

1回 1,980 円(税込)

※一部プログラムで料金が異なる場合がございます。

月会費でまとめてお得にご利用可能！

月額 5,808 円(税込)

月8回まで会館内で受講できます

受付： 鶴見緑地パークセンター 1階窓口

(受付はレッスン開始20分前～)

スポーツセンターと咲くやこの花館「いのちの塔」の間にある建物です。

詳細・ご予約は  
こちらから



会場： 鶴見緑地パークセンター 2階会議室

