

# 🔔 クリスマス やしひめトシしよっか 🌲

予定がある人もない人もとにかくやっここか～  
やっといたらきっとええことあるよ～

**日時：12月24日(火)**  
**10:00～14:00の部**

レッヘルン2Fフィットネスフロアにて

## ～当日のタイムスケジュール～

エアロビクス	10:45～	※開始時間が通常と異なり
ひめトシ(定員6名)	11:45～	ますのでご注意ください
バレエストレッチ	12:15～	※ひめトシは各回定員6名です
ひめトシ(定員6名)	13:00～	先着順で受付いたします

## ～参加料金～

ひめトシだけやりたい ¥500(税込)

ひめトシ エアロorバレエ  
をやりたい ¥500(税込)

ひめトシ・エアロ・バレエ  
ぜんぶやりたい ¥1000(税込)

レッヘルン会員でなくても大丈夫!!

**どなたでも参加OK!!**

お誘いあわせておいでください!!

※会員の方が参加される場合はジム利用料に含まれます

## ～各自ご用意いただくもの～

運動しやすい服装、タオル、水分補給用のドリンク類  
室内用シューズ(※エアロビクス参加の方)

## ～参加申込・お問合せ～

☎(0797)  
87-5556



website  
[www.lacheln.net](http://www.lacheln.net)