

# 12/11 (Thur) 御殿下記念館 X'mas 特別プログラム開催 Gotenshita X'mas Special exercise program

| 時間          | クラス・内容                                                          | インストラクター |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|----------|
| 17:30~18:20 | シェイプアップボクシングスペシャルレッスン<br>アディダスボクシング教育ディレクターの茂呂先生を招いてのスペシャルレッスン！ | 茂呂・山本    |
| 18:30~19:20 | ダンスパーティー X'mas スペシャル<br>毎年恒例！ コスプレダンスパーティー！！                    | 川村       |
| 19:25~20:10 | エアロビクス X'mas スペシャル<br>大平先生とのスペシャルコラボクラス。コスプレ大歓迎！！               | 川村・大平    |

★メモ★ クラス参加には予約の必要はありません。

今年もやります！

コスプレでの参加大歓迎！

Let's enjoy cosplay dance party!

