

今年こそチャレンジ！

いつものイオンで、習いごと。

イオンカルチャークラブ東雲店はこちらから▶



今月の
おすすめ
講座

【月謝制】ストレッチ&簡単エクササイズ

ストレッチ

&

簡単エクササイズ

開講日 第1・2・3・4(金) 12:00～13:00

受講料 8,470円(税込) / 月謝

体験日 1/16(金)、23(金)、30(金)
★お申込みはHPから3日前までに!

体験料 1～2月は体験無料!



詳しくは
こちら

呼吸を意識しながらストレッチを行うことで血流が良くなり、むくみや冷えの改善に効果が期待できます。普段使わない筋肉までアプローチができ、体力をつけていくことができます！

今月の
おすすめ
講座

【月謝制】大人のリズム体操

開講日 第1・2・3・4(金) 13:10～14:10

受講料 8,470円(税込) / 月謝

体験日 1/16(金)、23(金)、30(金)
★お申込みはHPから3日前までに!

体験料 1～2月は体験無料!



詳しくは
こちら

ストレッチや音楽に合わせて簡単なステップやリズムを取る運動を行います！手足を交互に動かすなどの動きは脳トレ要素もあるので記憶力や集中力などの維持にも繋がります！



カルチャー教室スタッフ急募!!

詳細は受付までお問合せください。

詳しくはこちら▶



イオンカルチャークラブ

AEON CULTURE CLUB

イオンカルチャークラブ 東雲店

2F

●お申込み・お問合せ 電話番号が変更になりました

tel.070-3323-4285

受付時間 9:00～20:00 (土日9:00～18:00)