

簡単な運動で、体と心の調子をよい状態に整えていきましょう。

体らくらく体操教室 12月

《受講料》

3,880円
(4回分)

《定員》

25名

《講師》

石井 亜紀

日本スポーツ協会公認 エアロビクス指導員

《携行品》

飲料水タオル
室内シューズ

《日程》

木曜日 10:30~11:45
4回コース

①12/ 5 ②12/12
③12/19 ④12/26

お申込み、お問い合わせは『電話』『窓口』にて

☎ 018-863-1391 11月2日10時 受付開始