



1DAYレッスン♪

超簡単



エアロビクス

誰でも簡単♪ 初心者中の初心者を対象としたエアロビクスです。
有酸素運動を音楽に合わせて楽しく行います。

○開催日：11月30日（土）

○時間：10時00分～10時50分
※開始15分前から受付を開始します。

○場所：豊明市福祉体育館 会議室

○料金：1人 300円



○持ち物：室内シューズ、運動のできる服装、飲み物

○対象：一般

先着20名！ 当日申込

お問い合わせ：0562-93-5001 豊明市福祉体育館