

1DAYレッスン♪

今年最後の!



お腹引き締め

今年の脂肪は今年のうちに♪

今年最後のラストスパート!! みんなで腹筋鍛えましょう!

○開催日：12月19日(土)

○時間：13時00分～13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：運動のできる服装、室内シューズ、
ヨガマット (バスタオルでも可)

○対象：一般

先着15名! 当日申込

お問い合わせ：0562-93-5001 豊明市福祉体育館