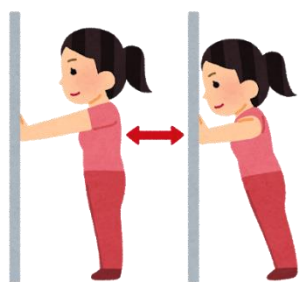


# 1DAYレッスン



自分の体重を使って筋力トレーニングをしましょう♪

筋トレも皆でやれば楽しくできる!(^^)!

## 筋トレ教室!



○開催日：R3年4月10日（土）

○時間：10時00分～10時50分

○場所：豊明市福祉体育館 会議室

※開始15分前から受付を開始します。

○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

**先着15名！ 当日申込**

※新型コロナの影響により中止・内容の変更となる場合がございます。

お問い合わせ：0562-93-5001 豊明市福祉体育館