

1DAYレッスン ストレッチポール®教室

ストレッチポール®を使い、全身をゆるめます。
凝り固まった身体をほぐしすっきりしましょう。



6月7日 (土)
午後1時00分～
1時50分

- 会場 老人福祉センター 娯楽室 (福祉体育館内)
対象 一般 (中学生以上)
受講料 400円
定員 15名
持ち物 運動のできる服装、飲み物、ヨガマット
※ポールの貸し出し有、持ち込みもOK
申込方法 当日先着順
券売機にてチケットを購入してください。
レッスン開始の15分前から受付を行います。

豊明市福祉体育館

【お問い合わせ】豊明市福祉体育館 TEL 0562-93-5001

指定管理者 シンコースポーツ中部株式会社