

夏はエアロの季節。
そこに理由なんて…
いいませ〜ん!!

1コインAERO

内 容

ソフトエアロビクス

ハードに走ったり弾んだりしないやさしいエアロビクスです♥

日 程

7月 1日(土)・8日(土)
15日(土)・22日(土)
29日(土)

8月 12日(土)・19日(土)
26日(土)

9月 2日(土)・9日(土)
16日(土)

時 間

14:10~15:10

注)レッスン開始時刻までにスタジオにお入りください

場 所

ふくみつプール 2階スタジオ

担 当

今井 貴子 インストラクター

持ち物

内履きシューズ・飲料水・汗ふきタオル

参加費

1回 500円 (当日受付にてお願いします)

入館料

410円

申 込

当日受付 ※定員20名

嬉しい!Point①

初心者向けだから
どなたでも安心して
気軽に参加できる!!

嬉しい!Point②

都合のいい日だけ
運動したい日だけ
レッスンに参加できる!!



<問合せ先> 南砺市ふくみつプール ☎0763-52-8801