

1コイン★エアロ

来たいときだけ来て
レッスンが受けられる!!

初心者向けだから
安心して参加できる!!

夏です!

みんな楽しく弾けましょう♪踊りましょう♪汗かきましょう♪

内容 ソフトエアロビクス

日程 7月 4日・11日・18日・25日
8月 1日・8日・22日・29日
9月 5日・12日・19日 (全て土曜日)

時間 14:10~15:10

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

弾んだり走ったりしませんが!
エアロ経験のない方や
体力に自信のない方も
安心してご参加ください!

持ち物 内履きシューズ・飲料水

参加費 1回500円
申込の際にお願いします

入館料 410円
(福光スポーツクラブ会員200円)

申込 当日受付 ※定員20名

<問合せ先> 南砺市ふくみつプール ☎52-8801