

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!!



食欲の秋・・・だけじゃダメダメ!
スポーツの秋、そしてエアロの秋です



内 容 ソフトエアロビクス



日 程 10月11日・18日・25日
11月 1日・ 8日・15日・22日・29日
12月 6日・13日・20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

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

弾んだい走ったいしません!
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♪

