

1コイン★エアロ

来たいときだけ来て
レッスンがうけられる!!

初心者向けだから
安心して参加でき
る!!

暑い~~~~そんな時はエアロ! 楽しく夏をのりきるのです!!



内容 ソフトエアロピクス

日程 7月 5日・12日・19日・26日
8月 2日・9日・23日・30日
9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

弾んぱんぱん! 楽しんでください!
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