

1コインエアロ

痩せたい人、体力つきたい人、ストレス発散したい人、
夏もエアロなら楽しく運動できる!!!



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!!

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 2日・9日・16日・23日・30日 8月 6日・20日・27日 9月 3日・10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・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

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