

エアロビクス

金曜日

10:00~11:00

講師



上杉 忍

お申込みは電話、又はSHOWAグループ総合体育館フロントまで！！

**脂肪燃焼！！健康な身体作り！
リズムに合わせて楽しく運動しましょう～★**

日 程 4/3・10・17・24 5/8・15・22・29
6/12・26

場 所 研修室

定 員 50名(先着順)

受講料 5,000円(全10回)

対 象 16歳以上

持ち物 運動できる服装・飲料水・タオル・室内シューズ

日程は変更になる場合がございます。
予めご了承下さい。

SHOWAグループ総合体育館
〒675-0047
加古川市西神吉町鼎1010
TEL 079-432-3000
FAX 079-431-5700