かんたんエアロビクス

金曜日

11:15～12:15

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！！

初心者向けエアロビクス
ハードすぎずゆっくりすぎず楽しめる教室です♫

日　程	7/10・17・24　8/28 9/4・11・25　10/9・16・23
場　所	研修室
定　員	30名（先着順）
受講料	5，000円（全10回）
対　象	16歳以上（エアロビクス初心者）
持ち物	運動できる服装・飲料水・タオル・室内シューズ

日程・場所は変更になる場合がございます。
予めご了承ください。　　＊6/25更新日程

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