

☆無料体験教室開催☆

にここにごフィットネス

体に優しいスロートレーニング、ステップ有酸素運動
ボールを使ったストレッチ&Oasobiを取り入れながら
「生活筋力向上を目指します！」

日時：①1月30日（月）10：00～11：00

②2月6日（月）10：00～11：00

対象：18歳以上

定員：15名（先着順）

会場：新居体育館 会議室

お申込先・お問合せ先：新居体育館

お申込み受付：1月11日（水）～ 定員になり次第締め切り

お申込方法：①お電話でのお申込み

②新居体育館受付窓口でのお申込み

TEL：053-594-3911

主催：指定管理者シンコースポーツ株式会社

【持ち物】

室内用シューズ・タオル・飲み物

動きやすい服装でお越しください

☆2月から定期教室も始まります☆

