

夏に向けてシェイプアップ!

エアロビクス教室

初開催の教室です!

音楽に合わせて全身を動かし、**脂肪燃焼・体力向上**を狙う教室です。週1回、気持ちの良い汗を流しましょう!!

【講師】スポーツトレーナー

【日時】 5/21~7/9 毎週金曜日
19:15~20:30 (全8回)

【対象】 18歳以上

【定員】 11名

【料金】 5,000円

【募集期間】 **先着順にて受付中です!**

※本教室はマスク着用で実施します