

当日受付型教室
特別企画

定員
70名

田中咲百合の 燃やして整えるエアロビクス

&

美姿勢×リラックスエクササイズ



日 時 2月23日(月祝) 16:00~17:15

会 場 メタックス体育館はだの 第一武道場

講 師 田中 咲百合氏

内 容 体が軽くなるイスを使用したウォーミングアップ 20分

初級エアロビクス 40分

調整系エクササイズ＆ストレッチ 15分

参加費 500円 当日の15:00よりチケット発売開始

【お問い合わせ】

公益財団法人 秦野市スポーツ協会

TEL0463-84-3376 HP:www.hadano-sports.com

