

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](http://www.hadano-sports.com)

