

4月 ふれあいスポーツデー

無料フィットネス

4 / 4 (土)

① はじめてエアロ 9:30~10:30



講師：井上 美穂 先生

② ストロングネーション 11:00~12:00

講師：峰尾 若菜 先生

有酸素、筋トレ、格闘技を融合したエクササイズ



会場：メタックス体育館はだの 第一武道場

対象：男女、年齢問わず ①②各70人

持ち物：①②動きやすい服装、室内用シューズ、飲料

受付：一階エントランスで ①9:00~ ②10:40~

【お問い合わせ】

公益財団法人

秦野市スポーツ協会

TEL:0463-84-3376

H P:www.hadano-sports.com

スポーツくじ



スポーツ振興くじ助成事業

