

健康運動教室1回体験会

👉開催日: 11月18日(日)

👉参加費: 1教室800円

👉定員: 40名

👉申込み: ~11/17(土)までにスタッフにお伝えください。



【実施教室】

- | | |
|--------------|-------------------------|
| ① ヨガストレッチ | 12:45~13:45(高橋インストラクター) |
| ② はじめてボクササイズ | 14:00~15:00(河崎インストラクター) |
| ③ オリジナルエアロ | 15:15~16:15(渥美インストラクター) |



明日都トレーニングルーム
指定管理者 株式会社ビバ