

今からでもはじめられます!

ふらっと教室

おなかスツキリ

第1・3日曜日 9:15~10:15開催!

音楽に合わせて気持ちよく汗を流しながらおなか周りを集中的にスツキリ!!

メタボの気になる方にピッタリのクラス

対象	料金/回	場所	定員
一般 15歳以上(中学生除く)	610円	小体育室	40名

9/3,17 10/1,15

11/5,19 12/3,17

参加方法

*教室開始30分前より総合受付にて、プログラム参加費をお支払いいただきます。

*お申し込みは先着順となります。定員になり次第、締め切らせていただきます。

妙正寺体育館