

今からでもはじめられます!

ふらっと教室

# 一番脂肪り

第2・4土曜日 11:45~12:45開催!

楽しく余分な脂肪を燃やすエクササイズで理想の体型に近付けましょう! 中高齢者向けのプログラムです

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

12/9 1/13,27

2/10,24 3/10,24

## 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