

初めてのエアロ& ステップエクササイズ TATSUYA先生デビューイベント

7/15 (月・祝)

10:00～11:10 (70分)

場 所:小体育室

参加費:500円

定 員:30名

対 象:15歳以上 (中学生不可)

持ち物:運動着、室内シューズ、飲み物

エアロビクス TATSUYA先生

エアロビクスイベントはデビュー戦ですが一生懸命楽しんでもらえるようがんばります。簡単なコリオを組み合わせたくさん動きます！

ステップエクササイズ KEITA先生

上井草に来て初めてのイベントです！多くの方のご参加お待ちしております！ステップエクササイズはゆっくり進めていきます。

○お申込み方法○

7/2(火)9:00～オンライン申込 (定員になり次第受付終了)

上井草スポーツセンター申込みHP