

洞峰公園スポーツイベント

📖 かんたんエアロビクス

9月14日（土）開催！

📖エアロビクスは脂肪燃焼効果や心肺機能の改善、骨粗鬆症の予防などが期待できるステップダンスエクササイズです。楽しみながら、かんたんなステップを中心に音楽に合わせて身体を動かして行きましょう。

講師 高野 繭美

【日時】9月14日（土）10：50～11：40

【場所】洞峰公園スタジオ

【対象・定員】高校生以上男女（親子で参加の場合、中学生以上可） 15名

【料金】¥1,000

【持ち物】室内履き、飲み物、タオル、動きやすい服装でお越しください！

【申し込み期間】8/24（土）9：30～9/12（木）13：00まで

【申込方法】WEB申込みフォーム（下記URLまたは右記QRコードより）⇒
https://select-type.com/ev/?ev=PQ_IMriURrU

【注意事項】・料金はイベント当日、開始前に受付にてお支払いをお願いいたします。

・先着順になります。申し込み人数が少ないときは中止となる場合があります。

お問合せ 洞峰公園スポーツ教室 029-855-5657

