

新教室体験会のご案内

さわやか健康体操



美しいボディラインづくりを目指す教室をご用意しました♪

ぜひこの機会にご体験ください❀

教室初参加の方も、大歓迎です♪

【実施場所】伏見港公園体育館

【申込開始】4月24日(月)11:00～受付窓口にて

- 申込時にご入金をお願いいたします。
- 体験は何回でもご参加いただけます。
- ご入金後の払い戻しは致しかねます。



担当講師
岡田 紀子

【参加費】初回体験500円(税込)2回目以降800円(税込)

特典!

7月～開催の教室にお申しいただくと、

初回体験の500円(税込)をキャッシュバック!

- 当日持ち物 ●動きやすい服装・飲み物(水分補給用)・タオル

体験会日時	時間	定員	レッスン内容	担当
5月17日(水)	13:45～ 15:15	各日 先着 20名	美しいボディラインづくりを目指すクラスです。 ストレッチで身体を温め、全身のケアと筋力トレーニングを行います。後半は、音楽に合わせてリズム運動や軽い運動等を行います。	岡田 紀子
5月31日(水)				
6月 7日(水)				
6月14日(水)				
6月21日(水)				
6月28日(水)				