



ひなまつりイベント



日時：令和7年3月2日(日)

9:30～10:20 「みんなで宅トレ」～おうちでできる
トレーニングを学ぼう～」

10:30～11:20 「ZUMBA」

(承認NO.30598)

場所：坂井体育館

対象：一般（小学生以上）

講師：みんなで宅トレ/井上裕介（スマイ輪ING）
ZUMBA/MIYU

参加費：各500円（両方参加する場合は一人1,000円）

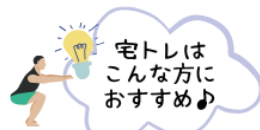
持ち物：内履き、飲み物、タオル

お問合せ：坂井体育館（TEL.68-0123）もしくは左記QRコードから

人気のZUMBAと
筋トレのイベントです



ひな祭りイベントの申込は
こちらのQRコードから



宅トレは
こんな方に
おすすめ♪

- トレーニングの基本を学びたい方
- 体重をしっかりと落としたい方
- 筋肉をつけてやせたい方

