



**キャンペーン
実施**
お得なチケット
販売します



スポーツ教室 無料体験会

2025.3.20 (木・祝)

坂井体育館

9:30 START

申込QRコード
※事前にお申し込みください



- ① 9:30~10:00
美姿勢ダイエット/にしたゆうこ
- ② 10:10~10:40
動けるからだ/加藤庸子
- ③ 10:50~11:20
バランスボール/水野綾香
- ④ 11:30~12:00
ZUMBA/yoshi (承認No.31210)

- 美姿勢
ダイエット** 姿勢改善&体幹エクササイズ
- 動けるからだ** ゆるーいストレッチや体操
- バランス
ボール** 楽しくダイエットしたい方
- ZUMBA** 音楽に合わせてエクササイズ

◎定員各50名 ※バランスボールは定員30名

【対象】一般 【持ち物】飲み物、内履き、タオル 【申込み】坂井体育館(☎68-0123)もしくは上記QRコード