

祝日イベント!

ステップ&トレーニング

★日時:5月3日(金) 11:00~12:00

★場所:鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 体育館

★定員:20名

★対象:18歳以上

★参加費:会員:¥500- 一般:¥700-

★内容:ステップ台を使った有酸素運動と
かんたんなトレーニング!

★持ち物:運動しやすいウェア・室内シューズ・タオル・飲物

申込:4月17日(水) 9時~1階受付申込開始

鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ



