

祝日
イベント!

コアトレーニング



参加要項

日程	2月11日(火) 11:15~12:15
場所	鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 多目的ルーム
定員	12名
対象	18歳以上
参加費	会員：500円 一般：700円
内容	個々のレベルに合わせた体幹のトレーニングを行います。
持ち物	運動を行いやすい格好、タオル、飲み物
申込方法	1/20(月)14:00より鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ 受付にてお申込み・ご入金ください。 定員になり次第締め切らせていただきます。

お問い合わせ 鷺宮 スポーツ・コミュニティプラザ ☎ 03-3337-1771