

リズム体操無料体験 参加者募集

リズムに合わせて元気にのびのびとエクササイズを行います。
あっという間に時間が過ぎて、とても心地よい疲労感が味わえます。
楽しく動いて効果的に脂肪燃焼を目指しましょう。

※先着25名

<日時>

1/ 9 (水) → 10:00～10:40

・開始時間の5分前にお集まりください

<持ち物> タオル、上靴、飲み物 など

<場所> 岐阜市総合体育館 剣道場 (2F)

<対象者> 16歳以上の男女



(講師 山口ゆきよ)

※ 当日、開催場所の変更があるかもしれませんのでご了承ください。

※ (注) 講習会でのケガ等については応急処置までとし、その後の責任は負いかねますので
ご了承ください。

お申込み先は、直接岐阜市民総合体育館事務室または、電話でお問い合わせください。

☆ お問い合わせ先 ☆ 岐阜市民総合体育館 (058) 245-0351



<その他の情報はこちらを検索してください>