

ストレッチ & LALALA circuit lite

ストレッチ

10:00~10:45

10. 3

木

10.15

火

10.31

木

11. 7

木

11.19

火

11.26

火

LALALA circuit lite

ミズノオリジナルプログラム ~ララサーキットライト~

10:00~11:00

10. 8

火

10.22

火

11. 5

火

●ストレッチ●

簡単なストレッチで初めての方でも
すぐに始められます

ララ サーキット ライト

●LaLaLa circuit lite●ミズノオリジナルプログラムで、自分の
体重を使った筋力トレーニングとリズム体操を交互に行います

- 【定員】 8名(先着順) 【参加料】 500円(税込) ※当日・現金のみ
【場所】 小山運動公園 開運スポーツ合宿所
【申込】 電話・WEB申込 ※キャンセルは3日前までにご連絡ください
【持ち物】 ストレッチマット・飲み物・タオル

お申し込み・お問い合わせ

小山運動公園

TEL 0285-49-3523

指定管理者 ミズノグループ

営業時間 8:00~22:00

〒323-0805 小山市向野187