

ヨガ・メガダンス・ボクササイズを気軽に体験!

動いて笑うフィットネスDAY



初心者大歓迎！受講者募集中！！

インストラクター紹介

場 所 ■ 都留市健康ジム スタジオ

日 程 ■ 7月13日(日)

時 間 ■ 09:30～10:15 メガダンス
10:45～11:30 ヨガ
12:00～12:45 ボクササイズ

14:00～14:45 メガダンス
15:15～16:00 ヨガ

定 員 ■ 各レッスン 15名

参加費 ■ 1000円/受け放題
※参加した本数分入館無料券プレゼント！！



綾部 康平 (あやべ こうへい)

ミズノスポーツサービス株式会社所属
保有資格

健康運動指導士

中学・高校教員免許 (保健体育)

RADICAL FITNESS JAPAN

FIGHT DO® OFFICIAL TRAINER

MEGADANZ® OFFICIAL TRAINER

その他多数

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、厳重に管理いたしますが、
当グループ主催イベントに関するご連絡等を行うことがありますので、あしからずご了承ください。



都留市健康ジム

TEL : 0554-45-4111

〒402-0052 都留市中央3-9-3
<http://www.mizuno.jp/>

●営業時間 9:00～21:00
(最終受付20:30)

●休館日 月曜日
(月曜祝日の場合は翌日休館)
年末年始 (12/29～1/3)