

初めての方や体力に自信がない方向け！

# ヨガ&エアロビクス 6月



フィットネス



## 受講生 募集中！

場 所 ■ 鳥取市民体育館 サブアリーナ

日 時 ■ 水曜 10:00~11:00  
 ヨガ：10日、24日  
 エアロ：2日(火)、18日(木)

※エアロビクスは、曜日が異なります。ご注意ください。

対 象 ■ 18歳以上

受講料 ■ 500円(税込)/1回

申 込 ■ Web、施設窓口、お電話にて (先着順)

- 動きやすい服装、室内用シューズ(エアロビクスのみ)、飲み物、ヨガマット(ヨガのみ)、タオルを持参してください。ヨガは、ストレッチマットの貸出もごさいます。
- 定員はヨガ30名、エアロ20名です。空き状況は受付にご確認ください。



鳥取市民体育館

TEL : 0857-24-5222

〒680-0864 鳥取県鳥取市吉成3丁目1-1

- 開館時間 8:00~22:00
- 利用時間 9:00~22:00
- トレーニングルーム 8:30~22:00
- 休館日 12月30日~1月2日

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします。

※教室中に施設SNSやHPに使用する写真を撮影させていただく場合がございます。予めご了承ください。