

自然な動きで、日々健康！

# ビューティーエアロ



無料体験  
実施中



## 新規入会者募集中！

## 講師紹介

場 所 ■ 鴨谷体育館 第4体育室

日 時 ■ 木曜日 13:00～14:10 日程は裏面を  
ご確認ください

受講料 ■ 4,400円 (月4回) ※税込・傷害保険料含む

対 象 ■ 中学生以上

定員25名



大道先生

動く = (重さ + 力) その公式に基づきます。  
無理せず、リキまず、シンプルに、楽しいリズムに合わせて  
体の動かし方を学んでください。  
きっと、終了時には「運動するって気持ちいいなあ～」と  
感じていただけたと思います。

- 動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオルを持参してください。
- 電話・HPからお気軽に無料体験のご予約ができます！
- 入会金・年会費不要！

お申し込みの際にご提供いただく個人情報は厳重に  
管理させていただき、『スクール連絡』や『会費の  
ご入金連絡』等に利用させていただきますので、  
あしからずご了承ください。



堺市立鴨谷体育館  
TEL : 072-296-1717



〒590-0138 堺市南区鴨谷台2丁4-1  
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7310>

- 営業時間 9:00～21:00
- 休館日 ・毎月第2月曜日  
(祝日の場合は第3月曜日)  
・年末年始(12/30～1/4)

● 体育館には駐車場はございません  
近隣のコインパーキングをご利用ください