

16

ウォーク&ストレッチ教室

3ヶ月 12回コース

4月期 7月期 10月期 1月期

各期ごとにお申し込みが必要となります。

正しい姿勢とウォーキングフォームを身につけて、運動効率をあげましょう。

毎週 土曜 14:00~15:30

定員 15名

空き枠途中入会可 残回数×600円

※空き枠について 施設トップ、重要なお知らせ欄、空き枠募集のお知らせより、ご確認ください。