

効率よく脂肪燃焼♪

# レッツ！エアロビクス



10月開催日

10/4・11・18・25日(水)

※参加受付は、休館日の翌日からとなります。

初回体験無料

講師紹介

**場所** フィットネススタジオ

※場所が変更になる場合もございます。

**日時** 水曜日全4回 10:00~11:00

**受講料** 1クール(4回) 2,800円  
1回利用 900円

**対象** 一般男女

**新関 康子**  
(にいぜき やすこ)

AFAA認定インストラクター  
(エアロPIC)

- 定員 15名 (定員になり次第締め切ります)
- 持ち物 運動できる服装・室内シューズ・タオル・ドリンク
- 開催日前日までにナイスアリーナ受付または電話にてお申込みください。



ナイスアリーナ  
(由利本荘総合防災公園)  
TEL: 0184-22-0001

〒015-0013  
由利本荘市石脇字田尻野18番地  
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7619>

●営業時間 9:00~21:30

●休館日 毎月第3月曜日  
(祝日の場合はその翌日)  
年末年始