

初めての方大歓迎！まずは1歩から！

～おてがるエアロビクス～



10月開催日
10/6・13・20・27日(金)

初回体験無料

講師紹介

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)

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 金曜日全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

- ❁ 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