

ワクワクエアロ 教室

ワクワクしながら、らくらく楽しい♪

運動の基本「歩く」動作を基本に、エアロビクスの要素も取り入れながら
全身の筋肉をバランスよく使い、楽しくカラダを動かす教室です。

【日 時】 4月6、13、20、27日

5月11、18、25日

6月1、8、15、22日

9:30~10:30



(月曜日・全11回)

【対 象】 一般の方

【定 員】 15 名 (先着順)

【参加料】 10,450 円 (傷害保険料含む)

【持ち物】 動きやすい服装、タオル、飲み物、室内シューズ

【会 場】 雄踏総合体育館 ダンス会議室

【申込方法】 雄踏総合体育館窓口にて、参加料を添えてお申し込みください。

3 月 15 日 (日) から新規受付スタート!

※定員に空きがあれば、途中参加可能です。

※内容等、詳しくは雄踏総合体育館までお問い合わせください。

1 回体験制度もあります。

浜松市雄踏総合体育館

住所: 浜松市中央区雄踏町宇布見9981-1

TEL: 053-597-3500

<https://www.yuto-maisaka-sports.com/>

