

# ワクワク楽体操 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、リズム体操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。



(月曜日・全8回)

【日 時】 1 月 1 9、2 6 日

2 月 2、9 日

3 月 2、9、1 6、2 3 日

9 : 30 ~ 10 : 30

【対 象】 一般の方

【定 員】 15 名 (先着順)

【参加料】 7,600 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。

12 月 15 日 (月) 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/>

