

シェイプエアロビクス 教室

楽しく激しく動く、エアロビクスの教室です！

日ごろの家事や仕事のストレスは楽しく体を動かして、汗と一緒に流しましょう！

【日 時】 1 月 8、15、22、29日

2 月 5、12、19、26日

3 月 5、12、19、26日



(木曜日・全12回)



20:00～21:00

【対 象】 一般の方

【定 員】 25 名 (先着順)

【参加料】 9,600 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 サブアリーナ西面

【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/>

