

# 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！



(木曜日・全12回)



【日 時】 10 月 1 ・ 8 ・ 1 5 ・ 2 2 ・ 2 9 日

11 月 5 ・ 1 2 ・ 1 9 ・ 2 6 日

12 月 3 ・ 1 0 ・ 1 7 日

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。



9 月 15 日 ( 火 ) 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/>

