

楽しくエクササイズ ララサーキットDVD



隔週金曜に開催！

インストラクター紹介

場 所 ■ 都留市健康ジム スタジオ

日 時 ■ 隔週金曜日 10:00～10:30

受講料 ■ 300円

対 象 ■ 60歳以上

レッスンスケジュールの詳細は、
スタッフまでお尋ねください！

程原 未紗



- 動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオル等を持参してください。
 - 定員は15名です（先着順）
 - 詳しくはスタッフまでお問い合わせください！
- ※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あらかじめご了承ください。



都留市健康ジム

TEL : 0554-45-4111

〒402-0052 都留市中央3-9-3
<http://www.mizuno.jp/>

●営業時間 9:00～21:00
(最終受付20:30)

●休館日 月曜日
(月曜祝日の場合は翌日休館)
年末年始 (12/29～1/3)