

エアロビックフィットネス



リズムに合わせて元気にエクササイズを行います。
楽しく動いて効果的に脂肪燃焼を目指しましょう！

《平成30年度日程》

1期：4/5・12・26 5/10・17・24・31 6/7・14・20(水)

2期：7/5・12・19・26 8/9・23・30 9/6・13・20

3期：10/4・11・25 11/8・15・22・29 12/6・13・20

4期：1/10・17・24・31 2/14・21・28 3/7・14・28

★3/7・14は、第2競技場で開催します。

《曜日》 木曜日 《講師》 丸岡 由紀子

《時間》 19:30～20:30 (60分)

《場所》 多目的ホール(1階)

《料金》 各期10回 7,100円 (スポーツ保険料・消費税込)

《体験》 1回 1,000円 (各教室1回のみ)

※受講料は必ず、教室**参加前**にお支払いください。

※お客様都合での返金は出来ません。

大阪府立体育会館

06-6631-0121

大阪市浪速区難波中3-4-36

(受付時間 9:00～20:00)