

初めてのフープエクササイズ' (HOOPBOON) 教室

簡単に回せるエクササイズ専用フープを使用、1回転=1腹筋、とにかく楽しい腹筋運動です。自律神経安定、気分爽快、ストレス解消に最適！

この魅力を是非体感してください！

《2019年度日程》 ※日により岡田先生か福浦先生が教室を行います。

1期				2期				3期				4期			
4月	12	19	26	7月	4(木)	12	19	10月	11	18	25	1月	10	24	30(木)
5月	10	24	30(木)	8月	2	21(木)	27(火)	11月	8	22	28(木)	2月	14	21	28
6月	6(木)	14	28	9月	5(木)	13	20	12月	5(木)	13	20	3月	開催なし		

《曜日》 金曜日（施設利用状況により変動あり）

《時間》 午前10時30分から午前11時15分

《場所》 多目的室

《対象》 一般（16歳以上）

《受講料》 1ヶ月 3,000円(税込)

《講師》 岡田 ともこ先生、福浦 まきこ先生

※2人とも日本フープダンス協会認定普及指導員

《持ち物》 動きやすい服装

※教室時の専用フープは貸出いたします。

※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。

エディオンアリーナ大阪（大阪府立体育会館）

大阪市浪速区難波中3-4-36 TEL (06) 6631-0121

※受付時間 9時から20時まで（手続きなども時間内をお願いいたします。）