

北部体育館の定期教室

3月 から 1回 500円 で
体験できます！

どんな事をやるのかわからない…

できるか不安…



という方はぜひ一度体験してみてください。

自分にあった教室をお選び頂けます (^_^)



対象教室

筋トレ&エアロビクス

月・木 10:00~11:00

ダンス&エアロビクス

水・金 10:00~11:00



初級ヨガ

月 13:30~14:30

姿勢改善

木 13:30~14:30

シニア健康体操 (火曜)・(金曜)

火 or 金 13:30~14:30



おやこあそび

火 10:00~11:30

ラケット種目



水 13:30~14:30

教室開催日であればいつでも参加いただけます！
気軽にお問合せ下さい♪

問い合わせ 北部体育館 TEL: 054-255-6262