

下山スポーツセンター

ママ向け

ボディ

エクササイズ



開催日時

6/26<sup>金</sup>  
10:30～11:20

料金

参加料490円(1名につき)  
別途入場料 大人310円  
※お子様は無料

問合わせ

下山スポーツセンター  
(☎025-272-7677)

講師

フリーインストラクター  
中村あずさ

未就学の子供と一緒に  
参加できるママ向けの  
ボディエクササイズ!

ストレッチで骨盤  
まわりを整えたり  
有酸素運動を行います

先着  
12名

※ ママだけの参加も可能です

お申込は ⇒  
こちらから ⇒

