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

11/27 金
10:30～11:20

講　師

フリーインストラクター
中村あずさ

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)

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 ⇒