

1回参加OK

シニアファイティングエクササイズ

武道系、キックボクシングなどの基本の動きで体幹強化、有酸素運動

そして心のパワーを向上しましょう！

・実施日：

5月		14日	21日	28日	
6月		11日	18日	25日	

毎週
水曜日！

※日程はあくまでも予定です 変更や休講となる場合もあります。

・時 間：12:00～13:00

・場 所：サンチェリー サブアリーナ

・対 象：18歳以上

・定 員：20名程度

・参加費：1回 600円（税込）

・持ち物：タオル・飲み物

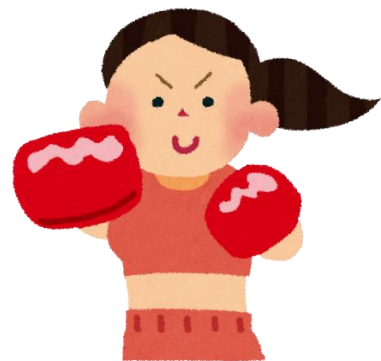
・講 師：本田 みどり 先生

・受 付：教室開催日当日にサンチェリー総合受付にて参加料をお支払い下さい。

また、参加の初回は申し込み用紙の記入をお願い致します。

※教室参加カードは担当講師へお渡しください。

5・6月は
サブアリーナ開催！
時間も変更になっ
てます☆



●お問い合わせ● グローバルリゾート総合スポーツセンターサンチェリー総合受付



0829-31-5980



<https://suncherry.hatsukaichi-sports.net/>