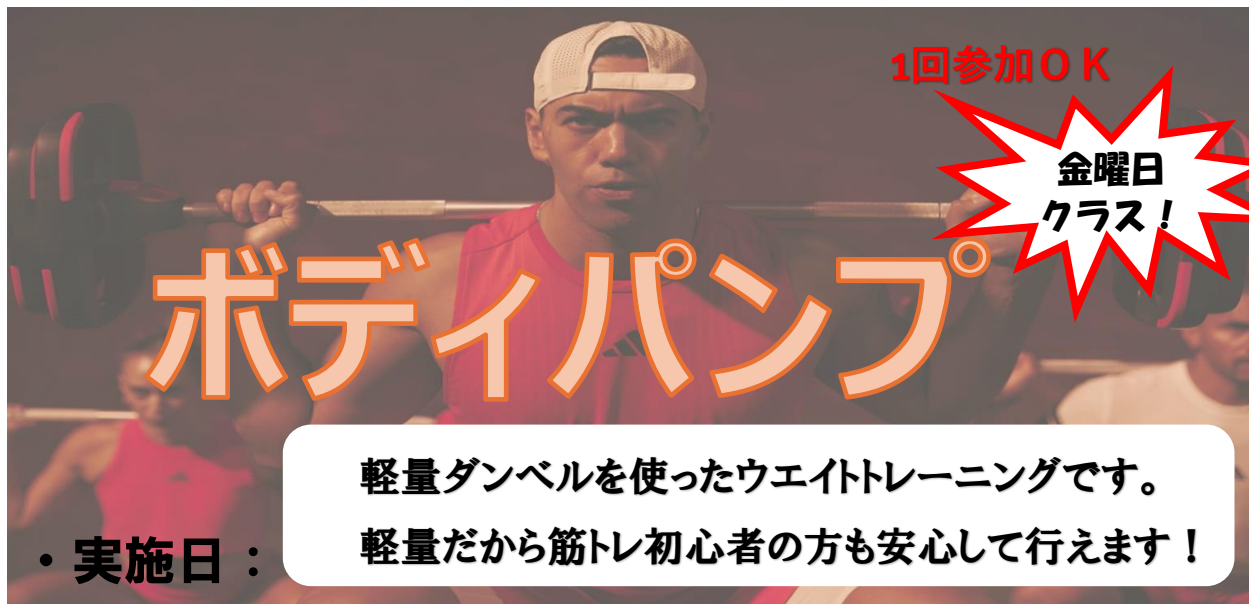




1回参加OK

金曜日
クラス!

ボディパンプ

軽量ダンベルを使ったウェイトトレーニングです。
軽量だから筋トレ初心者の方も安心して行えます!

・実施日：

7月	4日		18日	25日	
8月	1日	8日		22日	29日
9月		12日	19日	26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：11：15～12：00
- ・場 所：サンチェリー 大会議室
- ・対 象：一般（18歳～）
- ・定 員：20名程度
- ・参加費：1回 600円（税込）
- ・持ち物：室内シューズ・タオル・飲み物
- ・講 師：丸山 智則先生
- ・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。

●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/>