カラダ楽 教室

棒ビクス♪

棒を持ってストレッチや体幹トレーニング！
運動初心者でも安全に行えます！

無料！

7月	6日	13日	27日		
8月		10日	17日	24日	31日
9月	7日	14日		28日	

時間	13:10～14:10
場所	サンチェリー　大会議
対象	一般(18歳以上)
定員	25名程度
参加費	700円(※7月6日は無料体験を実施します♪)
持ち物	飲み物、タオル
講師	岡本　由果　先生
受付	教室開催日当日にサンチェリー総合受付にて

お問い合わせ

グローバルリゾートスポーツセンターサンチェリー総合受付
0829-31-5980
[8:30～21:30]
htts://suncherry.hatsukaichi-sports.net