

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

13:00~14:00

場所

サンチェリー 大会議室

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 由香 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]

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