

ストレッチング講習会 開催日程

- ★ 初めての方でもお気軽にご参加ください
- ★ 定員:先着40名
- ★ 参加費:1回210円(保険料)

開催予定日時			申込開始予定日
	10時00分~11時30分		
	ストレッチング講習会	ライフ・フィットネス教室	
4月	12日(金)	26日(金)	受付中
5月	10日(金)	24日(金)	4月12日(金)~
6月	14日(金)	28日(金)	5月10日(金)~
7月	12日(金)	26日(金)	6月14日(金)~
8月	9日(金)	23日(金)	7月12日(金)~
9月	13日(金)	27日(金)	8月9日(金)~

※月の前半開催時は軽めのストレッチング講習会・後半開催時はやや負荷の重いライフフィットネス教室を実施致します。

※開催日程は変更する場合がございますので、事前にお電話にてご確認ください。

柏の葉公園コミュニティ体育館(火曜定休)

TEL:04-7134-3500