

「初心者大歓迎」

パンチ  
&  
シェイプ

年齢関係なく音楽に合わせて楽しく  
気分爽快「エクササイズ」

日時 11月3日(金) 9:30~10:30

場所 垂水体育館 第2体育室

担当 糸数 恵菜 (シンコースポーツ兵庫(株)職員)

定員 20名

対象 16歳以上

参加費 500円

持ち物 室内シューズ・飲み物(蓋つき)・動きやすい服装

申込期間 10月15日(日)~

申込方法 受付窓口または電話にてお申込み下さい。

