

7/19(金) から始めます!

健康たいそう教室

初心者・運動不足の方に
おすすめの教室です♪

カラダが固くても
大丈夫♪

毎週金曜日

10:00~11:00

※講師の都合によりに休講になる場合がございます

こんな **お悩み** ありませんか?

- ・筋力の衰えを感じる
- ・身体の調子を良くしたい
- ・運動不足を解消したい

参加費 800円 税込

定員 20名

持ち物 シューズ
タオル
飲み物

講師：酒井 三奈子

レッスン歴30年! フィットネスクラブを中心に
インストラクター・講師として活躍されております!

東部勤労者研修センター

☎ 024-943-5558

お電話 or 窓口にて直接お申込みください♪

シンコースポーツ株式会社