

★
祝日イベント!

ステップ&トレーニング

★日時:7月20日(月) 11:00~12:00

★場所:多目的ルーム

★定員:10名

※エアロビクス経験者向け

★対象:18歳以上

★参加費:会員:¥600- 一般:¥800-

★内容:ステップ台を使った有酸素運動と
ヒップアップトレーニング!

★持ち物:運動しやすいウェア・室内シューズ・タオル・飲物

【お申込み方法】

WEB 申込 : 6/29(月)9:30~7/10(金)20:00までは右記2次元コードにてお申し込み。

窓口 申込 : 7/11(土)10:00~は、1階窓口にて直接お申し込みください。(空きがある場合に限る)

キャンセルについて:電話または1F受付窓口にてキャンセルの旨お申し出ください。

