

ほねごりアリーナ

2026

リズム& ストレッチ体操

参加者募集

初心者大歓迎！ゆる～い体操！

日時：3月9日～3月30日

月曜日 全4回

13：30～14：15

場所：3F フィットネスルーム
対象：15歳以上（中学生は除く）
定員：15名（抽選）

参加費：**2,000円**

持ち物：運動着、飲み物、タオル、
室内シューズ ヨガマット（お持ちの場合）

申込方法：1）往復はがきに「住所」「氏名」「年齢」
「電話番号」「リズム&ストレッチ体操」を書き
「ほねごりアリーナ」までお申込みください。
2）直接窓口
返信用の官製はがきをお持ちください。

申込期間：2/28まで（必着）

