

夏限定エクササイズ



参加者募集

初心者大歓迎！
パンチ・キック・
ステップ！

格闘エクササイズ

日時：7月2日～7月30日
7/9・23除く 木曜日 全3回
11:15～12:00

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

参加費：**1,800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) 往復はがきにて申込
「住所」「氏名」「年齢」
「電話番号」「教室名」を書き
「ほねごりアリーナ」までお申込みください。
2) 直接窓口にて申込
返信用の官製はがきをお持ちください。



申込期間：**6/1～6/21**まで（必着）