

**1期
募集**



健康

エアロビクス

日時：木曜日 15:00～16:00

料金：全10回 ¥8,640-

期間：2019/5/23～2019/7/25

場所：芦屋市立体育館・青少年センター 2階 多目的室2

対象：18歳以上（定員15名）

持ち物：運動できる服装、室内用シューズ、タオル、飲み物 等



講師：竹原 美樹 (たけはら みき)

内容：はじめてエアロビクスに挑戦される方や
足腰を強くしたい方 向けの教室です。
運動が苦手な方でも安心のやさしいリズム体操行います。

芦屋市立体育館・青少年センター 指定管理者：S&Nスポーツマネジメント芦屋

〒659-0072 芦屋市川西町15-3 Tel.0797-31-8228