

性別・年齢問わず
人気の教室

エアロビクス

音楽に合わせたエクササイズで楽しくシェイプアップ!

【会場】 ブレックスアリーナ宇都宮 (市体育館) 主競技場

【日時】 火曜日 10:00 ~ 11:00 【対象】 16歳以上

【講師】 鈴木 玲子(4・5・3月)、並木 裕子(6・1月)、
浜島 直美(7・8・9・2月)、A.I(10・11・12月)

【参加料】 1回 600円

【支払い方法】 1. 当日受付 (※現金のみ)

・クレジット

・ID    

2. システムからの事前申し込み&オンライン決済

【持ち物】 **室内用運動靴**、飲み物・タオル、運動しやすい服装、
ヨガマットまたは**大判バスタオル**をご準備下さい

4月	2	9	16	23	30
5月	7	14	21	28	
6月	4	11	18	25	
7月	2	9	16	23	30
8月	6	20	27		
9月	3	10	17	24	
10月	1	8	15	22	29
11月	5	12	19	26	
12月	3	10	17	24	
1月	7	14	21	28	
2月	4	18	25		
3月	4	11	25		

※左記表 ● は副競技場での開催予定



<お問い合わせ>

(公財)宇都宮市スポーツ振興財団
生涯スポーツグループ

028-663-1611

(土・日・祝日を除く)
9~17時