

雀宮エアロビクス

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】雀宮体育館 多目的室

【日時】金曜日 11:00 ~ 12:00

【対象】16歳以上

【講師】中村 道子

【参加料】1回 600円

性別・年齢問わず
人気の教室

【支払い方法】1. 当日受付 (※現金のみ)

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

・クレジット

・ID    

4月	5	12	19	26	
5月	10	17	24	31	
6月	7	14	21	28	
7月	12	19	26		
8月	2	9	23	30	
9月	6	13	27		
10月	4	11	18	25	
11月	1	8	15	22	29
12月	6	13	20	27	
1月	10	17	24	31	
2月	7	14	21	28	
3月	7	14	21	28	



<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 }