

# 平成30年度



**会場**

ブックスアリーナ宇都宮（市体育館）

**時間**

13:30~14:30

**料金**

1人1回 430円または、個人利用券

**定員**

先着 15名程度（当日受付） **申込不要**

**内容**

トレーニングで、気軽にスタッフと一緒に健康づくり。

**その他**

**初心者対象** ※お子様連れでの参加は、出来ません。

## 開催日程（月曜日）

4月	5月	6月	7月
23	14・28	11・25	9
8月	9月	10月	11月
27	10	15・29	12・26
12月	1月	2月	3月
3・17	21	4・18	11

※ 運動しやすい服装と室内用の運動靴、タオル、スポーツドリンク等をお持ちください。

ブックスアリーナ宇都宮（市体育館） ☎ 028-663-1611