



女性限定！

ナイトトレーニング教室

～オータムステージ～

日付：9/10.17.24 10/1.8.15.22.29

時刻：19：30～21：00

場 所：サン・ビレッジしばた 小アリーナ

参加費：5,600 円（初回徴収）

持ち物：タオル、飲み物、内履き、ヨガマット

内 容：自重や道具を使った筋力トレーニングとその場でできる有酸素運動で楽しく汗を流します！

申込開始日：8月25日（水）9：00～

申込方法：右記 QR コードもしくは電話・窓口からお申込みください。



申込み・問合せ：0254-23-8670 サン・ビレッジしばた