



祝日レッスンのご案内



11月3日(金)文化の日

11月23日(木)勤労感謝の日

① 10:25~10:55

筋力つめよう体操(ふじい)

施設利用料+200円

定員:20名

① 10:25~10:55

イスの柔軟体操(おおむら)

施設利用料+200円

定員:30名

② 11:10~11:50

はじめてのズンバ(RIKO)

施設利用料+300円

定員30名

② 11:10~11:50

シェイプアップサーキット(ふじい)

施設利用料+300円

定員20名

皆様のご参加お待ちしております。

【粕屋町総合体育館】