

ストレッチ&

簡単筋トレ

◆場所 風越公園総合体育館

火曜日

12/2 12/9

19時～19時45分

体育館内 会議室
担当 六川

料金 600円

水曜日

12/3 12/10

10時～10時45分

体育館内 サブアリーナ
担当 中村

料金 600円

【持ち物】 飲み物 汗拭きタオル