

音楽に合わせて  
楽しく動こう！

かんたん  
エアロ



参加費

**550円(税込)**

エアロビクスの基本ステップを使い  
**全身のシェイプアップを目的**としたクラスです。

日時：4月19日(金) 10:00～10:45

5月17日(金) 10:00～10:45

6月21日(金) 10:00～10:45

定員：25名

対象：介助なしで生活出来る方

担当：島根インストラクター

※担当者の都合により代行になる場合もございます。

予めご了承下さい。

☎ 047-487-1511 **八千代市ふれあいプラザ**