

川越市やまぶき会館で
Let's dance!!

(公財) 川越市施設管理公社

出張版！ ボディメイク体操教室

ダンスミュージックのアップテンポな音楽に合わせてリズミカルに体を動かしながら有酸素運動をします。

脂肪燃焼と筋力トレーニングを楽しみながら行いましょう！

初心者の方、男性の方など、どなたでもご参加いただけます。

皆様のご参加お待ちしております！

日時：7月31日（月） 19：30～20：30

場所：川越市やまぶき会館 第2リハーサル室

川越市郭町1-18-1 ☎ 049-222-4678

参加費：500円

対象：一般男女

持ち物：動きやすい服装（Tシャツ、ジャージ等）、室内シューズ
汗ふき用タオル、飲み物

申込：7月1日（土曜日）8：30より総合体育館窓口にて受付、
またはお電話にて予約受付。☎ 049-224-8765



・・・問い合わせ先・・・

川越運動公園総合体育館

☎ 049-224-8765



