

汗を流して
リフレッシュ!

パンチ & エアロ教室

初心者
大歓迎

9月1日(水)
再開!

チケット制
4回 2,000円

※チケットは窓口で
購入できます!

エアロビクスのステップに格闘技のパンチ動作を入れたクラスです。

全身のシェイプアップや脂肪燃焼効果があります。
リズムカルなパンチで爽快な汗を流しましょう!!

日時：9月1日～3月31日までの毎週水曜日（祝日休講）

場所：春江 B&G 海洋センター

対象：一般男女

講師：藤田有布子氏

お申し込みは下記へ

公益財団法人坂井市スポーツ協会
春江体育館 TEL：51-4242

坂井市スポーツ協会

