

スポーツフィールド植田主催

Enjoy! フットネス

サッカーボールを使ったエクササイズ! なづけて…

フットネス!!

音楽に合わせてとにかく楽しいエクササイズ!

今、流行りの体幹トレーニングを含め、ボールを使って体全体のエクササイズをご提供いたします!!

始めてみませんか? **フットネス!!!**

【 10月の開催日 】

2017年 **10月17日(火)** 午前11時~12時

会場はスポーツフィールド植田 ♪ 定員10名

2017年 **10月31日(火)** 午前11時~12時

会場はスポーツフィールド植田 ♪ 定員10名

参加費 500円 (ご参加の方は当日クラブハウス内でお支払いください)

※エクササイズのマットをお持ちの方はご持参ください。お持ちでない方はこちらでお貸出し致します。

＜フットネスに関するお問い合わせ・ご予約＞

スポーツフィールド植田 TEL:052-848-3900