

スポーツセンター

トレーニングルームだよ!



2015年も残り1カ月となりました!! 寒さに負けず、12月も

楽しく運動しましょう。

クリスマスレッスン

12月19日(土)ビギナーエアロビクス

エアロビクス1

エアロビクス2

12月20日(日)エアロビクス3

内容は通常通りのレッスンです。

サンタクロースやトナカイの衣装

大歓迎です☆

※動きやすい服装、室内用運動靴はお忘れなく♪

年末年始休館日

12月28日(月)

~1月4日(月)

お問合せ

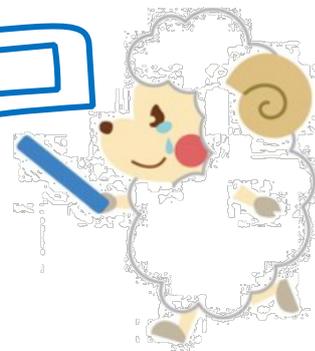
NPO法人羽村市体育協会

TEL 042-555-1698

FAX 042-555-1699



年忘れエアロ



※レベルはエアロビクス3です。

一緒にエアロビクス納めをしませんか？

日にち：12月27日(日)

時間：14時～15時30分

定員：50名

場所：スポーツセンター2階

トレーニングルームスタジオ

対象：中学生以上

参加費：市内在住・在勤の方

大人 100円 中学生 50円

市外の方

大人 150円 中学生 70円

持ち物：トレーニングウェア、室内用運動靴

ふた付きの飲み物、タオルなど

受付：チケット購入、または回数券をお持ち

のうえ、着替えを済ませスタジオにて

受付をされた方から先着順となります。