

スローエアロビック



スローエアロビックは音楽に合わせて行う
「シンプル」「スマイル」「ソフト」の軽運動です

- 日時 : 6月13日(土) 9:15~10:45
- 場所 : 真砂コミュニティセンター3階多目的室
- 定員 : 20名(60歳以上の方)
- 参加費 : 600円
- 持ち物 : 飲み物、動きやすい靴・服装
- 講師 : 鈴木昌江 先生



☆お申込み・お問合せ☆

真砂コミュニティセンター

千葉県美浜区真砂2-3-1

☎043-277-2512