

NEW

外部講師による 運動教室のお知らせ

平成31年度 4月5日スタート

4月～7月

エアロビクス

定員
25名

脂肪燃焼・
体力づくりに
効果的です！



8月～11月(予定)

ダンスエアロ

12月～3月(予定)

エアロビクス



講師

木庭 早紀 先生

★岡山エアロビクス連盟理事
★岡山県内と福山を中心に
エアロビクス・ズンバ
ダンスエアロ・キッズダンスなど
の指導で活躍されています

場所: 矢掛町健康管理センター 2階 トレーニングルーム

日時: 毎週金曜日 19:30～20:20 対象: 中学生以上

※事前の申込は不要です。開始10分前までに受付を済ませてください。

必要な物: 室内シューズ・タオル・飲み物・動きやすい服装

お問い合わせ: 矢掛町保健福祉課 健康づくり係 (0866)82-1013

利用料金表

	町内	町外
トレーニングルーム利用料	100円(年間券・回数券)	300円(年間券・回数券)
教室参加料	300円	300円
合計	400円	600円