

「エアロビクス」で 運動不足を解消しよう！

寒い冬も陽気な音楽に乗って元気に身体を動かしましょう！

【開催日】

1月 9日・23日・30日(金)

2月13日・20日・27日(金)

3月13日・20日(金)

計 8 回

【会 場】

ダイセンアリーナ西尾

(西尾市総合体育館) サブアリーナ

【時 間】

9時30分 ～ 10時 50 分

【対 象】 18歳以上

指導者

エアロビクスインストラクター
市川 妙子



参加費

5,000 円

■募集人数 30 名(抽選)

※募集人数に満たさなかった場合は、追加募集あり。

※20名に満たない場合は開講しないことがあります。

■募集期間 12月 1 日(月) ～ 12月16日(火)

■申込方法 (一社)西尾市スポーツ協会 web サイトのみ



【問い合わせ先】

(一社)西尾市スポーツ協会 TEL(0563)65-0057

営業時間 8時30分～17時 ※月～金曜日(祝日を除く)