

Fitness Boxing! ***season2***

～フィットネス・ボクシング シーズン2～

大好評につき、開講を決定いたしました。

リズムに合わせて、キックやパンチを繰り返してストレスを解消。みんなで健康な体を作りましょう！

◆日時 **1月10日、2月14日、3月14日**

(全て第2金曜日・全3回)

10時～11時

◆場所 南センター3階 講義室

◆対象・定員 50～79歳の成人 15名(抽選)

◆費用 1,000円

◆申込 12月11日(水)10時にセンターで抽選
当選者は費用を添えて申込み

◆参加の際には、運動をしやすい服装・靴、タオル、
飲み物、雑巾(除菌シート)などをご用意ください。

○問い合わせ

ご不明な点は南センターまで
お問い合わせください。

045-741-8812

