

# エアロビクス

**金曜日**

**10:00~11:00**

**講師**

**上杉 忍**



**申込みはお電話、  
又は加古川市立総合体育館フロントへ**

**脂肪燃焼！！健康な身体作り！  
リズムに合わせて楽しく運動しましょう～★**

<b>日 程</b>	<b>4/13・20・27 5/11・18・25 6/1・8・15・22</b>
<b>場 所</b>	<b>研修室</b>
<b>定 員</b>	<b>50 名</b>
<b>受講料</b>	<b>3,000円(全10回)</b>
<b>対 象</b>	<b>16歳以上</b>
<b>持ち物</b>	<b>運動出来る服装・体育館シューズ タオル・飲料水</b>

加古川市立総合体育館  
〒675-0047  
加古川市西神吉町鼎1010  
TEL 079-432-3000  
FAX 079-431-5700