

# エンジョイ! ソフトエアロ



音楽に合わせて全身を動かし、ストレスや気になる脂肪をとばしましょう！初心者の方でも大丈夫です。

**金曜日** 10:30~11:45

● **講師** 高嶋 美佳

(日本健康体操連盟認定指導士)

● **受講料** 4,104 円(税込)月4回

● **持参品** タオル、動きやすい服装、シューズ

お申込み・お問合せ

コープさっぽろ東光文化教室 ☎35-8538

旭川市豊岡1条5丁目コープさっぽろ東光店2F

受付時間(月~金) 10:00~19:15 (土) 10:00~16:15(日)休業