

# ストレッチ＆ エアロビクス

日頃の運動不足解消に

ひと汗かいてみませんか？

初心者も挑戦しやすい

クラスです♪



曜日 土曜日 18:00～19:45

受講料 3240円(月4回)

講師 泉 れい

日本フィットネス協会エアロビクダンズインストラクター



無料体験レッスン  
随時受付中

お申し込み・お問い合わせ **きたみ春光文化教室** TEL0157-69-8511  
COOPさっぽろ きたみ春光店2階 (日曜・祝日除く ※事前にご予約ください)