

初開催!

ENJOY エアロダンス サイズ教室

エアロビクスやダンスの要素を取り入れ、音楽に合わせてカラダ全体を大きくのびのびと動かそう。
教室に参加して、脂肪燃焼、生活習慣病の症状改善にも役立てよう!

定員 先着 30名

10月7日(水) ~ 11月4日(水)

**参加料
1,200円**

10:00 ~ 11:00 毎週(水) 全5回

会場 諏訪市体育館 (諏訪市高島2-1202)



講師 ラヴィフィットネスコミュニティより派遣

申込期間 9月3日(木) ~ 23日(水) まで

申込方法 スポーツ課へ電話、または、QRコードから簡単申込



新型コロナウイルス感染症予防対策を講じて開催します。
状況によって中止となる場合がありますのでご理解をお願いします。

【主催】 諏訪市スポーツ課 ☎0266-57-2811 (平日8:30~17:15)