



誰でも気軽に
参加できる
エアロビクス教室♪

Let's enjoy !!

エアロビクス教室

2024年 7月

2024年 8月

2024年 9月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

金曜日 10:30~11:30 1時間しっかりエアロビクス！で燃焼しましょう♪

火曜日 当面の間、休講となります。決まり次第周知いたします。

場 所 伊勢原市体育館 小体育室

注:空調設備がありませんので熱中症には十分ご注意ください、ご自身の体調に不安がある場合は参加をお控えください。

対 象 市内・市外の方問わず（高校生以上） 定員70名

参加費 1回の受講につき、300円 *事前の申し込みは不要
教室開始30分前より、券売機にて利用券の販売を開始いたします。

持ち物 ・運動できる服装 ・タオル ・室内シューズ ・飲み物
・ストレッチマット（無料貸し出し有）

お問い合わせ： “元気な伊勢原づくり”共同事業体 伊勢原市総合運動公園 体育館 管理事務所
TEL 0463-92-3536 FAX 0463-92-3777
e-mail info@genkina-isehara.net

