

# 1DAYレッスン

## おなかシェイプ

お腹まわりの筋肉を刺激し、シェイプアップを目指します。



### 8月17日 (土)

### 午後1時00分～1時50分

会場	豊明市福祉体育館 会議室
対象	一般 (中学生以上)
受講料	400円
定員	15名
持ち物	室内用シューズ、ヨガマット、飲み物
申込方法	当日先着順

券売機にてチケットを購入してください。  
レッスン開始の15分前から受付を行います。

豊明市福祉体育館

【お問い合わせ】豊明市福祉体育館 TEL 0562-93-5001  
指定管理者 シンコースポーツ中部株式会社