

豪華!二本立て!!

ウォーキング教室

第1章

体脂肪を燃やせ

“メタボ対策!シェイプアップウォーキング”

第2章

“女性必見!スリムウォーキング”

きれいに
カッコよく



日時:

11月7日(金)

時間:

第1章 10:00~11:00

第2章 11:00~12:00

場所:

ウイングまつばせ

コミュニティアリーナ

料金:

片方のみ ¥200

両方 ¥300(保険料込)

持ってくる物:

- ・室内シューズ・タオル
- ・お水



参加者には
VAAM1本
♪プレゼント

♪
皆と一緒に
脂肪を燃焼
しましょう!!

講師:

松尾 洋

健康運動
指導士

参加を希望される方は、事前にお申し込み下さい
ウイングまつばせ トレーニング室 TEL0964-32-5555