

スタジオレッスンは祝日プログラム

平成30年2月12日(月・振替休日)



①エアロ入門

14:00~15:00

【難易度 ★★】 【活動量 ◆◆】

エアロビクスを初めて受ける人でも大歓迎です！
ステップの踏み方など基本的な動きを行います。ぜひご参加ください！

②シェイクMAXエアロ

15:15~16:15

【難易度 ★★★★★】 【活動量 ◆◆◆◆◆】

エアロビクスに慣れている人、エアロビクスの振り付けを
楽しみたい人を対象とし、さまざまな動きを取り入れたレッスンです。



- 受付期間：1月10日(水)～2月11日(日・祝)
- 場所：アクアドームスタジオA
- 参加費：510円/各レッスン
- 定員：30人/各レッスン
- 担当：田中 美千代

【スイミングスクール受講生の人】

スクール参加カードのシール1枚で、
1レッスン無料で参加することができます。

【申し込みについて】

- ※受付はアクアドームフロントで行います。(電話受付可)
- ※定員になり次第締め切らせていただきます。お早めにお申し込みください。
- ※当日欠席の場合、返金は致しかねますのでご了承ください。
- ※ご入金は2月11日(日・祝)21:30までをお願いいたします。

問い合わせ先：宗像ユリックスアクアドーム(TEL:0940-37-1377)

