

JAF 認定スローエアロビック指導員が指導いたします



スローエアロビック®は、ご高齢の方や体力に自信のない方にも、気楽に参加していただける「簡単で楽しい」エクササイズです。健康で元気な身体づくりは、気軽にできるやさしい運動から！

「運動しなきゃ」と思ったら！

スロ^ーエアロビック[®]

S L O W A E R O B I C

特別協賛



SUZUKI

2024年 1期 全4回(月曜日)開催

4月8日/15日/22日 5月13日

午前 10:30 ~ 午前 11:15

開催場所 砺波市温水プール 2階ラウンジ
参加費 2,000円(税込)
定員 15名程度
持ち物 タオル 飲み物
※シューズは要りません
申込方法 ご希望の方は4月5日(金)までお申込みください。



NPO法人SEIBUスポーツクラブ

砺波市柳瀬241番地 砺波市温水プール内

SEIBUスポーツクラブ



☎ 0763-33-3077