

軽運動講座

10月 無料体験会

アスパ開催の講座から、今回は軽運動の無料体験会を実施致します。
各教室1回無料で体験して頂けます。
この機会に、運動を始めませんか！皆様のご参加お待ちしております！！

対象教室



【はじめよう太極拳】

日時: 10月5日・12日・26日(火)
13:30~15:00



【ラテン系エアロ】

日時: 10月12日・26日(火)
10:00~11:00



【3B体操】

日時: 10月13日・27日(水)
10:00~11:00



【若さいいきいき健康ヨーガ】 日時: 10月7日・14日・21日・28日(木)
10:30~11:30



【フラダンス】

日時: 10月7日・14日・21日(木)
10:00~11:30



【金曜日のヨーガ】

日時: 10月15日・22日(金)
10:30~11:30



お気軽にお問い合わせください。



お問合せ アスパやましろ ☎ 0774-86-5851