

naraha sky arena

開催場所：ならばスカイアリーナ
(プール・アリーナ)

11月 特別講座

参加費
各¥500

ヨガ 11/7(木) 15:10~15:40

身体が硬いとお悩みの方にも無理なく
ご参加いただけます。
心と身体をリフレッシュ★

エアロビクス 11/21(木) 15:10~15:40

簡単なステップで気持ちよく汗を
流しましょう♪

初めてスイム 11/14(木) 15:10~15:40

呼吸の仕方、浮き方など基本から...
無理なく楽しく行います
初めての方こそご参加ください！

アクアビクス 11/28(木) 15:10~15:40

音楽に合わせて水の中で
色々な動きを行います。
初めての方もご参加ください。

※先月から10分遅い開始時間となっております。ご参加の方はお気を付けください。

詳細・ご予約は、ならばスカイアリーナまでお問合せください！
(tel 0240-23-7966)