

# naraha sky arena

開催場所：ならはスカイアリーナ  
(プール・アリーナ)

## 12月 有料講座

参加費  
各¥500

ヨガ 12/5(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☆

エアビクス 12/19(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♪

初めてスィム 12/12(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！

アクビクス 12/26(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。

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



National Training Center  
**J-VILLAGE**