

エアロビック系 ステップ台を使ったサーキットプログラム決定版!

KONAMI SPORTS有料エクササイズプログラム

# エクストリームフィフティファイブ X55



日時

土曜日 18:30-19:30

場所

3階 剣道場 ※要予約

講師

美濃 洋子

参加費

620円(税込) ※市内65歳以上の方は310円

持ち物

シューズ・タオル・水分補給できるもの

☆クラス受講前後そのまま「夜間」のトレーニング室をご利用頂けます☆

海老名運動公園 トレーニング室 ☎ 046-235-7204