

# ☆エアロビクス教室☆

時間: 13:00~14:00 定員: 20名



## 内容



歩いたり、ステップを踏んだりなどの基本的な動きを行います。誰でも簡単に楽しく運動をすることができますので、皆様のご参加を待っています♪

担当 池内先生



興味がある方  
ぜひ僕と一緒に  
やりましょう！！

