

エアロビクス マンスリースケジュール

2026年 3月

	教室名	場所	時間	月	火	水	木	金	土
1	エアロビクス 教室	総合体育館	10:30 ~11:30	2・9・23	→2.9日は剣 道場23日は ホール1.2				
2	エアロビクス (ドナルド) 教室	総合体育館	10:00 ~11:00					13・20・27	→13.27日は 剣道場 20日 はホール1.2

運動不足解消・ダイエット・気分転換・健康維持に！！

お友達を誘って一緒に素敵なお汗を流しませんか

☆教室開催予定日は、会場の都合により変更になることがあります。ご確認は、ホームページ(<http://konosu-breath.jp/>)でお願いします。

フレス事務局
電話048-542-4776
開設時間10:00~15:00(火~金曜)



|