

らくらくエアロビクス

～ 音楽に合わせて体を動かします ～

- ・音楽に合わせて、身体を動かします。
- ・無理のないように、楽しみながら行います。
- ・さわやかな汗を流しましょう。



- ・開催日 毎週月曜日
(講師の都合により、休講となる場合があります)
- ・時間 13:30～15:00
- ・料金 月4回 3,500円
- ・その他 室内用運動靴・タオル・飲み物を持参してください。

感染防止対策にご協力ください。

(3密の防止・マスク着用の徹底、健康チェックなど)

<お問い合わせ先>

南飛騨健康増進センター

住所:下呂市萩原町四美1557-3

電話:0576-55-0010

休館日:火・水曜日(火・水が祝日の場合は営業)、12/29～1/3

(令和2年6月20日現在)