

～楽しくフィットネスするグループ～

Faminess Circle ファミネスサークル

1月開催のお知らせ

日時 1/18(火) 19:00～20:30

コア&筋トレ(40分) 担当 yukari

ズンバ(40分) 担当 梅田



yukari

場所 金屋小学校 体育館

料金 大人 1000円

小学生 500円

* 未就学の子供さんの参加は、
ご遠慮いただいております



梅田



赤塚

日時 1/25(火) 19:00～20:30

コア&筋トレ(40分) 担当 yukari

エアロビクス(40分) 担当 赤塚

ご予約優先ですが、予約なしでもOK！
運動に慣れていない方でも楽しめます！！
ご家族、お友達を誘って
Let's Enjoy Faminess

感染症予防対策について

- ・手指消毒、検温、ディスタンスの確保にご協力ください
- ・37.5℃以上の熱がある方、
体調がすぐれない方は参加できません
- ・運動中も含め、マスクの着用をお願いします