

# やさしい脂肪燃焼エアロ

～健康運動体験イベント～

## 第5弾！！

先着60名

参加無料

5/6 (火・休) 14:00～15:00

5/13 (火) 19:00～20:00

※どちらか、1日のみの参加も可能！

## 岐阜メモリアルセンター 体育室

運動できる服、室内シューズ、タオル、飲み物をお持ち下さい

「運動不足を解消したい」方のための簡単でやさしいエアロピクスとストレッチのクラスです。

エアロピクスで疲れにくい身体をつくり、健康な身体を維持しましょう。



講師 河野 亜紀 先生

注意事項:

都合により他の施設に変更になることがあります。当日の事故・怪我については主催者は、応急処置以外一切責任を負いません。予めスポーツ傷害保険にご加入の上、ご参加されることをおすすめいたします。

お問い合わせ先 岐阜メモリアルセンター トレーニング室

TEL. 058-233-8584 (9:30～20:00 <火曜日除く>)

E-MAIL. gifu-mc@n-reco.co.jp

※岐阜メモリアルセンターは、公益財団法人岐阜県体育協会が指定管理者として運営しています。