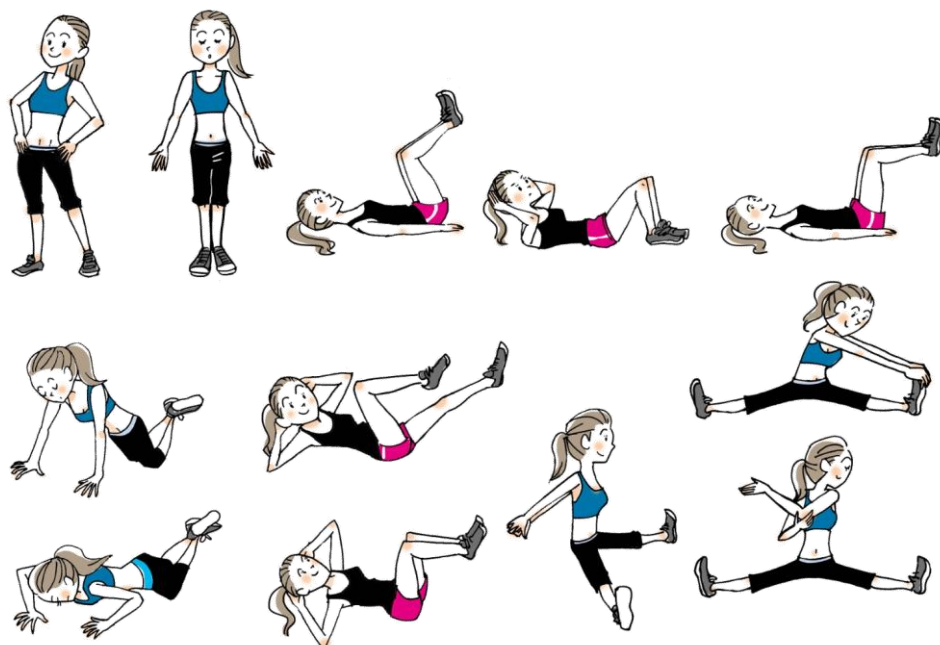


Itoshima City Sports Park

～楽しく鍛えて目指せスリムボディ！～

ボディメイク



はじめての方大歓迎！！

有酸素運動(エアロビクス基本ステップ) + 筋力トレーニング(上肢・下肢・体幹)

令和6年9月19日(木)～令和6年11月7日(木)

木曜日 全8回

時間:10:30～11:30

対象:18歳以上 定員:20名

参加料:4,000円

インストラクター 五十嵐 弥生

「糸島市運動公園ホームページ」またはお電話にてお申込みください！

「糸島市運動公園ホームページ」

<https://itoshimashisportspark.jp/>

電話:(092)321-1755