

とかちプラザでフィットネスの楽しさを知ろう！！

プラザフィットネスレッズン

脂肪燃焼効果
バツグン！



ZUMBA®

●次回開催日

4月18日(水)

- ・時間 10:15～11:15
- ・場所 5階 フィットネススタジオ
- ・料金 500円(税込)

※事前にお申し込みが必要です。

5階受付にお越しいただくか、お電話でのお申し込みとなります。

エアロビクス・ZUMBA・DISCO等様々なフィットネスをとかちプラザを通じて知って頂き、身体を動かすことの大切さを楽しみながら体験して貰うための教室です。

次回開催予定

4月25日(水)

10:15～11:15

Q-Ren

ボディメンテナンス
骨盤体操

実施種目

- ・エアロビクス
- ・ZUMBA
- ・DISCO WORLD
- ・骨盤調整体操
- ・ボディメンテナンス
- Q-Ren骨盤体操 等



お問い合わせ・申し込み
とかちプラザ
☎0155-22-7890

主催：とかちプラザ指定管理者
株式会社オカモト
後援：帯広市教育委員会