



バランスボール 体験会

日程 1回目 8月22日 (火)

2回目 8月29日 (火)

時間 13時30分～14時30分

場所 清水ヶ丘公園第二体育室

体験料 500円 (各回) ※当日支払い

持ち物 動きやすい服装 飲物

定員数 10名 (先着) (各回)

受付場所 清水ヶ丘公園体育館棟受付

バランスボールを使って血行を良くし、
肩こり等を解消させる他、身体の内側を
鍛える事で脂肪が燃焼しやすくなります！

是非一度お試しく下さい!!

問合せ先 清水ヶ丘公園体育館棟

045-243-4447

