

平成30年度

ラララフィット
LaLaLaFit教室



ミズノオリジナルツールを使い
『できる・楽しむ・つづく』をコンセプトにした健康運動プログラムです。
膝・腰・歩行・バランスの機能向上を目指した教室です。
運動が苦手な方でも、気軽に参加できる内容です!

講師：榎根伸成先生

対象 60歳以上

日程 毎週金曜日（全12回）

時間 13：15～14：30

場所 第二総合運動場 会議室

定員 10名

参加費 5,520円（1期12回分の場合）

注）一旦お支払い頂いた参加費は、いかなる理由があってもご返金できません。
注）途中からご入会の方は、回数払いも可能です。

申込方法 第二総合運動場窓口までお越しください

尚、定員数になり次第、受付は終了とさせていただきます
体験受講後の申込み受付もおこなっております（体験料600円）

持ち物 動きやすい服装・汗拭きタオル・飲み物

お問合せ 箕面市立第二総合運動場

〒562-0026 箕面市外院1-2-3

TEL：072-729-4558