



ザ・サーキット

音楽に合わせてしっかり体を動かそう！

有酸素運動とトレーニングで
シェイプアップ・体力向上を

目指しましょう！

日程：2月6・13・20・27日（月）

時間：11:00～12:00

料金：事前申込 1,200円/全4回分

当日申込 350円/1回分

定員：15名（先着順）

場所：蕨市民体育館（048-432-2611）

申込：体育館受付でお申し込みください。