

# ガ 千 本 氣 ト し



キツイトレーニングを  
乗り越えて**新しい自分**に  
生まれ変わろう！

日付→8月7・21・28日(水)

時間→11:15~12:15

場所→武道場2 (畳)

料金→当日1回500円

講師：佐藤三玲  
健康運動実践指導者  
公認トレーニング指導士

定員→25名 窓口にて受付

急遽日程変更になる場合がございます。

※ お問い合わせ： 蕨市民体育館 受付 窓口 048-432-2611