

東海市 しあわせ村

スリムアップストレッチレーニング

教室日程 毎週木曜日

時間 13時30分～15時
ところ しあわせ村 集会室
参加費 520円／回

無理なくしっかり運動したい方に
オススメです！

ボール、チューブ、ストレッチポール

楽しく効果的なエクササイズ！

