

とり野菜みそBLUECATS ARENA

【夏の体作り応援企画】 第3弾

エアロビも筋トレも
両方楽しみたい方へ

カーディオエアロビック サーキットトレーニング

エアロビは音楽に合わせて全身を動かす有酸素運動です。
筋トレと合わせて行くと脂肪燃焼に更に効果的です！

日時：2025年9月15日(月/祝)11:30~13:00

場所：スタジオ／担当：やすだ

料金：500円(税込)

持ち物：室内用シューズ・タオル・水分補給用の飲料

定員 12名／最少遂行人数：9名

ご予約開始：8月11日(月)9:00~

申込締切：9月8日(月)21:30

ご予約はフロントまたはお電話にて。お電話でご予約の際は、ご連絡後、1週間以内にフロントで申込用紙をご記入の上、ご入金下さい。※電話予約申込締切日時：9月1日(月)21:30

※ご入金後のご返金は致しかねます。

定員に達し次第、ご予約を締め切らせて頂きます。

とり野菜みそ

BLUECATS ARENA

かほく市総合体育館

お問い合わせ TEL：076-213-6700

営業時間 9:00~22:00

