

「One day パパママフィットくらぶ」は、日頃、なかなか運動をする
時間が取れないパパとママのためのフィットネスレッスンです。
今回は平日開催。託児はありませんが子ども連れOKです！
もちろんおひとりでもご参加いただけます。
子育てファミリーのみなさん、一緒に運動しましょう！
皆さまのご参加をお待ちしています。



10月8日(木)

—メタボ解消！ストレス発散！—

One day★

パパママフィットくらぶ!
P A P A M A M A F I T C L U B

代謝アップYoga 9:45～10:35
エアロビクス 10:45～11:35

**堺市原池公園体育館
中アリーナ**

◆定員 先着 各20人

◆参加費 1レッスン600円

講師

代謝アップYoga 森永裕美
エアロビクス 西原都子

申込受付 9/14(月)～

主催/申込/お問合せ NPO 法人みんなの Well.net
TEL 080-4645-9568
mail inquiry@m-wellnet.org

※新型コロナウイルス感染拡大にともない、イベント
を中止させていただくことがあります。

申込フォーム

