



誰でも気軽に  
参加できる  
エアロビクス教室♪

Let's enjoy !!

# エアロビクス教室

## 2023年 4月

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## 2023年 5月

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

## 2023年 6月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

**火曜日** 10:30~11:30 当面の間、休講となります。決まり次第周知いたします。

**金曜日** 10:30~11:30 1時間しっかりエアロビクス！で燃焼しましょう♪

※ 火曜日と金曜日の教室は、講師とプログラム内容が異なります。

**場 所** 伊勢原市体育館 小体育室

**対 象** 市内・市外の方問わず（高校生以上） 定員70名

**参加費** 1回の受講につき、300円 \*事前の申し込みは不要  
当日10:00より、券売機にて利用券の販売を開始いたします。

**持ち物** ・運動できる服装 ・タオル ・室内シューズ ・飲み物  
・ストレッチマット（無料貸し出し有）

お問合せ： “元気な伊勢原づくり”共同事業体 伊勢原市総合運動公園 体育館 管理事務所  
TEL 0463-92-3536 FAX 0463-92-3777 e-mail info@genkina-isehara.net