今年度初の、みなみ会場イベントレッスン

明日への一歩・・・
あすぽ
あしがら総合型スポーツクラブ

美しい体操 ★初夏の特別版

昨年度山北会場で開講、みなみ会場でのリクエストも多かった「美しい体操」がついにイベント開催！誰でもできる動きを取り入れた、講師オリジナルの体操。女性らしい動きを意識してゆったり行います。クラシックを聞きながら、気持ちよく女性ホルモンを活性化させましょう。今回は、この時期にあった健康や体型維持のトークに加え、講師特製！体にいい「梅ジュース」付きの特別版♪

この時期の健康維持や体型維持のお話もします♪
みなみ会場の会員さんに会えるのが楽しみです！

✦日　時　:5/8（木）9:45～10:45

✦場　所　:南足柄市中部公民館　講堂

✦講　師　:佐宗かおり　インストラクター

✦持ち物　:ヨガマット、タオル、飲み物
動きやすい服装で

✦定　員　:30 名

✦会　費　:パスポート会員 200 円、チケット会員・非会員 800 円
※親子会員は非会員の 100 円引き。

✦申込み:5/6（火）までに会場またはメールにて。
タイトル「みなみイベント」、本文に参加者名記載。

✦託　児　:要申込み。4/28(月)までに会場またはメールにて。
イベント申込み時に、お子様名・年齢をお伝え下さい。
【託児料金】あすぽ会員は通常通り。
非会員は 1 人目 500 円、2 人目以降 300 円。

【お申込み・お問い合わせ先】メール　asupo2009@yahoo.co.jp
TEL　090－8013－5541（秋葉）・HP　http://asupo1.com

スポーツ振興くじ助成事業