

フラトレーニング

金曜日

午後2時30分～3時30分

★内 容 フラダンスの動きを取り入れた
体幹運動、脳トレーニング

★対 象 一般

★定 員 先着 25名

★講 師 青柳 直子 先生



2023年よりフラトレ®インストラクター

★持ち物 運動しやすい服装、タオル、飲み物等

★参加費・申込み

電話または直接窓口までお問合せください



初めての方限定
1回体験(600円)
できます

【お問合せ】猿投棒の手ふれあい広場 Tel:0565(45)7288