

スポーツフィールド植田主催

# Enjoy! フットネス

サッカーボールを使ったエクササイズ! なづけて…  
**フットネス!!!**

音楽に合わせてとにかく楽しいエクササイズ!  
今、流行りの体幹トレーニングを含め、ボールを使って体全体の  
エクササイズをご提供いたします!!

始めてみませんか? **フットネス!!!**

## 【 7月の開催日 】

2017年**7月5日(水)** 午前10時~11時  
会場はスポーツフィールド植田 ♪定員10名

2017年**7月12日(水)** 午前10時~11時  
会場はスポーツフィールド植田 ♪定員10名

参加費 **500円**(ご参加の方は当日クラブハウス内でお支払いください)

※エクササイズのマットをお持ちの方はご持参ください。お持ちでない方はこちらでお貸出し致します。

＜フットネスに関するお問い合わせ・ご予約＞

スポーツフィールド植田 TEL:052-848-3900