

ウェルネススポーツ(金)

対象:西宮市内在住・在勤の一般



運動不足を解消したい方!

スポーツを始めてみませんか

スポーツで気持ちよく
体を動かしませんか?



日時:令和2年5月8日～9月25日 計15回

19:30～20:45

場所:北夙川体育館 体育室・軽スポーツ室(3F)

定員:25名

受講料:3,000円(別途保険料:450円要)

内容:かんたんなエアロビクス、体幹トレーニング、球技など

持ち物:運動のできる服装・室内シューズ・飲み物

指導者:西宮スポーツセンタースポーツ指導員

【申込み方法】

【受付時間 9:00～19:00】

4月15日(水) 9時～先着順

北夙川体育館へ電話でお申し込みください

※市外の方は、4月20日(月)より受付を行います

※定員になり次第、受付を終了させていただきます

【問合せ】 北夙川体育館 0798-70-2222