



# ゴムチューブエクササイズ

疲れのない身体を手に入れる

2020年1月16日（木） / 19日（日）

9時15分～10時45分 / 11時15分～12時30分

大和市市民交流拠点ポラリス Room8

参加費：1000円（施設利用料込）

※初回ゴムチューブプレゼント

冬の寒さに負けない代謝アップエクササイズ 疲れのない身体作り

LINE公式アカウントへのご登録をお願い申し上げます



お申込みはこちらからお願いします

16日 <https://resast.jp/events/398606>



19日 <https://resast.jp/events/393762>

