

6月から定期活動に変わりました！



「リズムステップ教室」

音楽に合わせて、いろいろなステップを踏みながら脳を活性化し、楽しくアンチエイジング！！脂肪を燃やし、体の調子を整えましょう！！

■ 期 間：水曜日 10時～11時30分（月4回）

※毎月の日程表はFacebook やホームページ、各施設（陸上競技場・鳥見山体育館・改善センター・あやめホール）に配置してあります。

■ 場 所：鏡石町構造改善センター



■ 参加費：会 員 3,000円/月

非会員 1,000円/回

■ 対 象：一般男女、町内外問わずどなたでも♪



■ 持ち物：上履き（運動靴）、飲み物、タオル

■ 申込み： 下記まで参加費を添えてお申し込み下さい。当日の方はおつりの無いようにご準備ください。



随時無料体験募集中です



お申し込み・お問合わせ

特定非営利活動法人かがみいしスポーツクラブ

〒969-0404 鏡石町緑町 199 鳥見山陸上競技場内

TEL：0248（62）1600 FAX：0248（62）7651

✉ info@kagamiishi-sc.com

営業時間：9:00～17:00（土曜・日曜・祝祭日休み）



<https://kagamiishi-sc.com>