

夜開催の教室 無料体験

愛ランドあさひで開催している夜の教室に無料で体験できます。
ぜひご家族やご友人でご参加ください。

エアロビクス教室



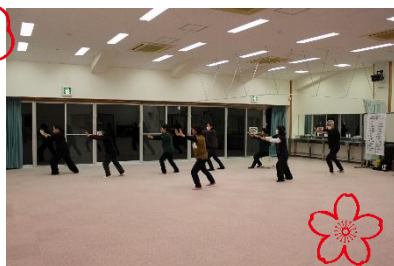
開催日時 3/8(金) 19:30-20:30
会場 村上市総合文化会館
服装等 動きやすい服装、飲料水
ヨガマット

女性のためのフラ(ダンス)教室



開催日時 3/13(水) 19:30-20:30
会場 朝日保健センター
服装等 動きやすい服装、飲料水
その他 パウスカート貸出しします

健康太極拳教室



開催日時 3/14(木) 19:00-20:00
会場 朝日保健センター
服装等 動きやすい服装、飲料水

ベーシック・ヨガ



開催日時 3/14(木) 19:30-20:30
会場 朝日保健センター
服装等 動きやすい服装、飲料水
ヨガマット

お問合せ
申込み

愛ランドあさひ事務局（朝日総合体育館）まで
ご連絡下さい。

☎0254-72-1445 ✉info@i-landasahi.com