

サークル名 **シニア・エアロビ**

内容 高齢者の健康体操です。

講師名 安島 亮子先生

曜日 毎月第1・3・4水曜日(月3かい)
他のサークルと競合した場合は
第2・第5水曜日

時間 午前10時～11時迄、1時間

会費 月800円

アピール文 年齢、性別を問いません。
講師以外に実演指導の方がいます
ので安心です。