

ソフトエアロ&ストレッチ教室

毎週月曜日 1部 9:30~11:00(90分) 2部 11:15~12:45(90分)

日時：令和7年6月16日~8月18日
(7/21、8/11 除く)



場 所	相模原ギオンスタジアム 会議室
対 象	18歳以上の方（高校生を除く）
講 師	株式会社ギオン インストラクター
参 加 費	6,000円（全8回分）
定 員	各20名（申込順）
内 容	ローインパクトなエアロビクスとストレッチを行う教室です。
持 ち 物	運動しやすい服装、水分補給用の飲料、タオル、ヨガマット、室内履き、 ゴミ持ち帰り用袋(ゴミは各自持ち帰る)
申込方法	当スタジアム HP「イベント&教室」ページよりお申し込みください。



当スタジアムHP
QRコード

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088

FAX 042-777-0161

メール asamizo-stadium@dream.jp

HP アドレス <https://a-stadium.jp/n.org>

広報さがみはら

5/15 号掲載

5月19日 午前8時30分から

受付開始