

参加無料



ザ・サーキット The Circuit



会場 市民体育館

対象 18歳以上

日時 10:00~10:30(第3火曜)

定員 10名

持ち物 室内シューズ、水分補給するもの

**音楽に合わせて楽しく有酸素運動と
自重トレーニングを行います
脂肪燃焼、筋力アップすることができます!!**

※当日教室開始15分前から受付いたします
定員に達しましたら受付を終了します

お問い合わせ

米子市民体育館 (どらドラパーク米子)

米子市東山町106-4

☎ (0859) 33-2861