







ベリーエクササイズ

～女性が美しくなるエクササイズ～

-  講師：木許 祐美代 先生
-  定員：50名
-  学習日：年10回 第3金曜日ほか
-  時間：19:00～20:30
-  会場：中央公民館 3階 講堂
-  持ち物：ヨガマット（なければバスタオル）



月	学習日	月	学習日
4		10	16
5	15	11	20
6	19	12	18
7	17	1	22
8	休講	2	19
9	18	3	19