

あなたにもできる魔法の関節エクササイズ



- 【日時】 2013年4月19日(金) 19:20~21:00 (開場 19:00)
- 【会場】 調布市文化会館 たづくり 1階 むらさきホール (TEL 042-441-6111)
(新宿駅から準特急で15分、京王線調布駅下車、南口徒歩3分)
- 【講師】 稲葉 継雄 (プロフェッショナル競技ダンサー ラテン元A級)
- 【参加費】 500円/人 (定員 80名) 資料準備のため 事前に御予約願います。
- 【問合先】 竹下次郎 電話 090-9396-8105 e-mail: starword-magic@ezweb.ne.jp
- 【その他】 できるだけ、動きやすい服装でお越し下さい。靴は スニーカー、ダンスシューズでも可。
なお、女性専用の更衣室あります。

こんな方に 特にお勧めです!

- ☆ 肩が痛い方、腰が痛い方、膝が痛い方
- ☆ 身体が硬い方

身体の血行を促進し、
体温上昇♪
脂肪の燃焼効果もあり