

好評につき**増枠!!**
楽しく**脂肪燃焼!!**



FIT-HOP

フィットホップ

韓国発祥の「**有酸素運動**」と「**筋力トレーニング**」
を融合させたダンスエクササイズです。

K-POPや**流行の音楽**を取り入れた**誰でも**
楽しく参加できる教室です♪



開催日程：

8月 23日、30日

9月 6日、13日、20日、27日



時間：19:00～20:00



会場：会議室



対象：16歳以上



定員：15名



費用：700円

※詳細は教室予定表をご確認ください



初心者
大歓迎!

お気軽にご参加
ください♪

音楽に合わせて
楽しくカラダを動かそう!