

～水沢スポーツクラブのレッスンを体験してみませんか！～

フィットネス **レッスン** 無料体験会

体験日：令和2年7月12日（日）

**内容：1ヒップホップ・2ストレッチ&チェアロビクス
3身体リセット ※1～3のレッスンを1つ選んでください。**

対 象：会員外の高校生以上の方

場 所：水沢スポーツクラブ（2F スタジオ）

持ち物：シューズ・タオル・飲物

参加費：無料

申込方法：当クラブフロントまたは電話にてお申込み下さい。

※当日はインボディ測定（体組成計）も行います！

1、ヒップホップ 体験

時間：11:15～12:15

定員：10名（先着）

※基本の動作を練習した後に超有名なあのJ-POPに合わせて楽しく踊ります！

2、ストレッチ&チェアロビクス 体験

時間：13:30～14:15

定員：10名（先着）

※チェアロビクスとは、椅子に座りながら楽しい曲に合わせて体を動かします♪
初めてのの方に特におススメです！

3、身体リセット体験

時間：12:25～12:55

定員：10名（先着）

※ウエーブリングやストレッチボールを使って身体をほぐします！日頃の疲れをほぐしませんか？

体験日当日の入会特典

入会金：無料

7月会費：半額

＜お問合せ・申込はこちら＞

水沢スポーツクラブ

奥州市水沢日高西7番地 TEL 0197-23-4139



水スポには楽しい
レッスンがたくさん♪
皆様のお越しをお待ちしております！