

スポーツのまち尼崎イベント

# スローエアロビック無料体験レッスン

平成26年10月18日（土）にベイコム総合体育館メインアリーナで開催される「スズキジャパンカップ2014 第31回全日本エアロビック選手権大会西日本地区大会」の大会終了後、市民を対象に無料体験レッスンを開催します！

日頃からエアロビックをされている方や、興味のある方は是非お気軽にご参加ください！

☆対象： エアロビックに興味のある尼崎市民の方（中学生以上）  
初めての方でも楽しめます！

☆内容： （公社）日本エアロビック連盟は中高年層の健康  
寿命の延伸を目的として開発した音楽を使った  
軽運動プログラム「スローエアロビック」

☆講師： 野上 展子 先生

☆会場： ベイコム総合体育館 メインアリーナ



☆日程： 26年10月18日（土） 16:00～16:45

☆参加費： 無 料

☆申込方法： 平成26年10月9日（木）10:00～  
お電話にて予約にてお申し込みください。  
先着100人 ※定員になり次第締め切とさせていただきます。

< お 問 合 せ >

ベイコム総合体育館（尼崎市記念公園） 1階管理事務室  
〒660-0805 尼崎市西長洲町1丁目4番1号  
Tel (06) 6489-2027



（公財）尼崎市スポーツ振興事業団