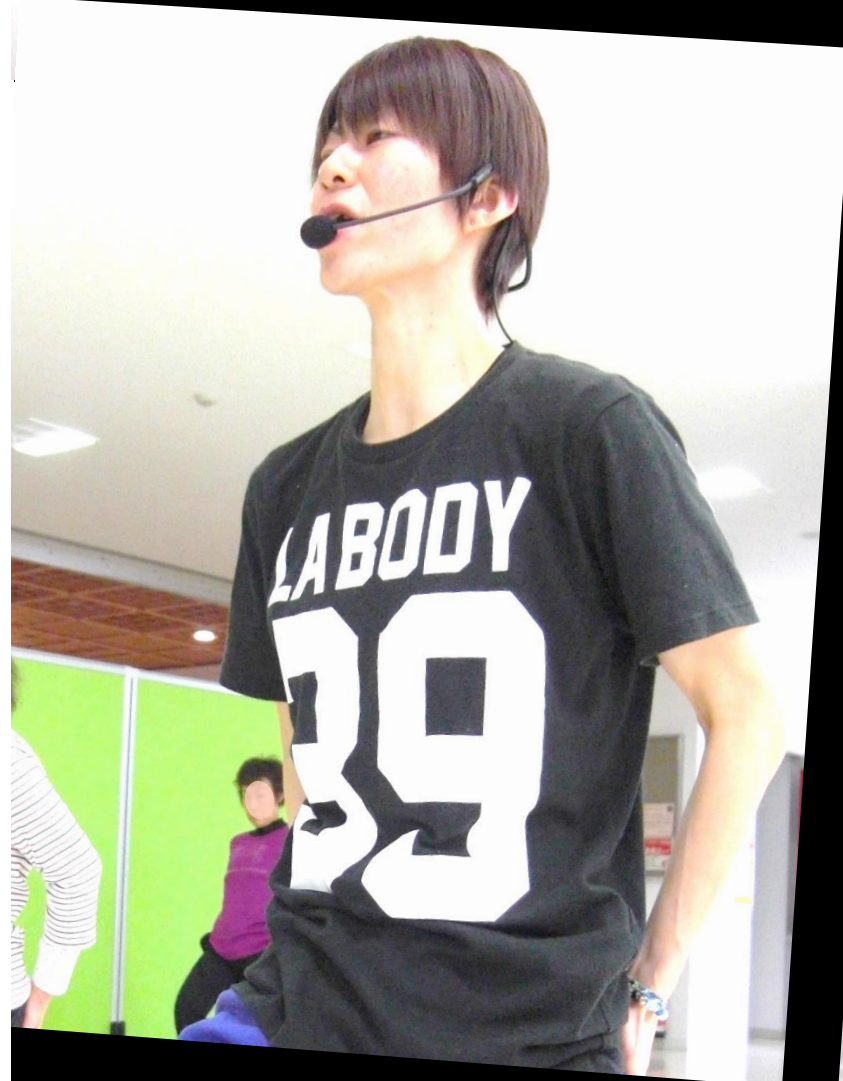




**ストレス発散**  
**脂肪燃焼**  
**カロリー消費**  
**爽快エクササイズ**



# エアロパンチ

**毎週火曜日**  
**13:30~14:30**  
**2F スタジオ**  
 (多摩市立総合体育館)

13:10より受付開始となります。  
 1階窓口にて参加費(500円)をお支払いいただき、参加チケットをお渡しします。  
 祝日の火曜日などは中止になりますので、別紙の日程表をご覧ください。定員人数に達した場合は参加できませんのでご了承ください。  
 参加される方は必ず室内用シューズをお持ちください。

**先着順20名迄**      **1回/500yen**