

エアロビクスサークル

- 1.活動日 毎週木曜日 19:00 ~ 20:40
- 2.活動場所 高浜公民館 2階 多目的ホール
- 3.会員数 15人(令和3年3月31日現在)
- 4.活動内容

舞鶴から有名な高橋先生にきていただいて、流行の音楽やいろんなジャンルの曲に合わせてのダンスです。また、筋トレ、体幹運動、ストレッチと1時間のフルコースメニューですので、興味のある方は無料体験にお越しください。



お問い合わせ

高浜公民館

TEL: 0770-72-7725