

無料

**無理しない
エアロビクス講座**

受講者募集

男性大歓迎！

日時 令和7年10月23日（木） 午前10時30分～午前11時30分

場所 ヒロサワ県西総合公園 体育室

講師 佐藤 玲子 先生

（エアロビクス協会・日本マタニティフィットネス協会・

日本障害者スポーツ協会インストラクター、幼稚園教諭、保育士）

定員 先着40名

持参品 動きやすい服装、室内履きシューズ、敷物（ヨガマット等）、飲料水

費用 無料

申込期間 令和7年9月29日（月）～講座前日

午前8時30分～午後5時

申込方法 ヒロサワ県西総合公園管理事務所窓口（講座名、住所、氏名、
電話番号、年齢、性別を記入）でお申込み下さい。



申込・問合せ先

筑西市桑山 2818

ヒロサワ県西総合公園管理事務所

TEL 0296-57-5631

FAX 0296-57-5881