

令和6年度 ステップフィットネス

期：全3期（各期10回）

第1期（4～6月）

第2期（9～12月）

第3期（1～3月）

曜日：火曜日 時間：19:00～20:00

対象：16歳以上

定員：30人（各期） 最少催行人数 15人

場所：ディスポート（アリーナ）

持ち物：運動のできる服装・タオル・飲み物

受講料：

	会 員	一 般
新 規	無 料	6,000円
再受講	3,600円	

日程：

期	募集開始日	開 催 日 程
第1期	3月 5日	4月 9、16、23 5月 7、14、21、28 6月 4、11、18
第2期	7月22日	9月 17 10月 1、8、15、22、29 11月 12、19、26 12月 3
第3期	11月12日	1月 7、14、21、28 2月 4、18、25 3月 4、11、18