

10/8
(月・祝)

^{てんくうたいが}
「天空大河」体験教室



新感覚エクササイズ
栄スポーツセンターに上陸!

大河のような雄大で優雅なエネルギー...自然に生まれたリズムと共に舞い、
“自由で開放的な身体と意識の関係性”を獲得していく、それが“天・空・大・河”という4つの世界観を
反映したエクササイズの中で表現されています。
アグレッシブでフレキシブル、そしてエンジョイアブルな新感覚フィットネス・プログラム、
『天空大河』をぜひご体感ください!!

15:45~16:45(受付15:30~)

参加方法:受付時間に直接会場へお越しください。 ※先着90名

会場:栄スポーツセンター 第2体育室

対象:小学生~高齢者 ※親子でのご参加もウエルカムです!

持ち物:運動のできる服装、飲み物、タオル
※素足でOKです。室内シューズも可。

講師:ばってい先生

参加無料