



LAKUNA はくい 簡単リズム体操

10月開催日

6日(月)14:00～14:45

16日(木)14:00～14:45

20日(月)14:00～14:45

29日(水)14:00～14:45

一部曜日、時間帯が通常と異なります。お間違いないようお気を付けください。

開始10分前より入場できます。

- 定員 15名
- 受付 2階 総合受付
- 会場 4階 LAKUNAホール

当日参加制

予約なしでご参加できます。

■参加費 **500**円税込 ※お支払いは2階総合受付まで

■持ち物 上靴 タオル 飲み物 動きやすい服装

リズムに合わせて体を動かす軽運動です。
簡単な動きでも汗はしっかりかけるので
どなたにもお勧めのレッスンです！

運動不足の解消、健康維持をしたい方
是非一緒に運動しませんか？



インストラクター 安士

石川県羽咋川原町テ39番地1

TEL.0767-23-4840

開館時間 9:00～22:00

〈指定管理者〉

検索 羽咋 LAKUNA

<https://okamotopbc.jp/lakuna-hakui/>

(株)オカモト

〒080-0302 北海道河東郡音更町木野西通8丁目3-9