

# Body make 2023

エアロで有酸素運動  
ヨガで体を整え

しなやかなボディを  
めざします



(公財)富山市スポーツ協会  
LINE 公式アカウント始めました！  
QRコードを読み込んで  
お友だちになりましょう

日時 月曜日 20:15~21:00 全10回

令和5年12月18,25日

令和6年1月15,22,29日

2月19,26日

3月4,11,18日

会場 富山市総合体育館(軽運動室)

対象 一般

定員 25名

受講料 6,000円(全10回前納)

エントリー方法

11月26日(日)までに市スポ協HPから  
申し込み応募多数の場合抽選になります。  
結果はメールでお知らせします



申し込みはこちらから↑

**S**ports **C**lub  
**T**oyama  
Tel 444-4649