

# 脂肪燃烧 and ストレス発散



成人スタジオレッスン

受講者  
募集中

＜講師＞ 今西 美香

骨格矯正、ストレッチトレーナー、ジムトレーナー、ポールストレッチ、ステップなど様々なエクササイズの指導を行うトレーナー。



水曜

## かんたんエアロ

音楽に合わせて踊りながら  
脂肪燃烧andストレス発散！  
気軽に参加してくださいね。  
一緒に楽しみましょう！

曜日：水曜日

時間：10:15～11:05

京都アクアリーナ

615-0846 京都市右京区西京極徳大寺団子田町64  
TEL：075-481-3055（営業時間 9:00～21:00）