

令和7年度 小牧市まなび創造館スポーツ広場

# 1から始めるかんたんエアロ教室

リズムの取り方や基本のステップから丁寧に教えてくれるので、初めての方でも安心して参加できます♪  
音楽に合わせて楽しく動いて、心も体もリフレッシュしませんか？



日時：令和7年 7月12日・19日・26日・8/2日・9日・16日  
土曜日(全6回) 18時45分～19時45分

会場：小牧市まなび創造館スポーツ広場 フィットネススタジオ

対象：18歳以上の方 (市外の方も申込可)

定員：25人 (申込者多数の場合は、市内在住および初回の方を優先して抽選)

受講料：3,800円

持ち物：運動のできる服装

※ジーンズ・スカート・ベルトの必要なズボン等では受講できません。

室内用シューズ・タオル・水分補給用飲料水

注意事項：受講者以外の入室はできません。  
受講者の変更はできません。  
都合により日時が変更になる場合がございます。  
医師から運動を禁止されている方や妊娠されている方は  
受講できません。



託児希望の方は別途申込み  
が必要です。

**応募期限：6月21日まで**  
**(先着順3名)**

☆申込み・問合せ先☆

2025年6月1日(日)～7月5日(土)(必着)までに

●申込フォーム(QRコード)

●まなび創造館スポーツ広場へ来館

【必須項目】

①教室名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号

⑥通知を受け取れるメールアドレス

小牧市まなび創造館スポーツ広場 〒485-0041 小牧市小牧3-555

TEL：0568-74-9844

ホームページ：<https://www.manabi-sports.com/>

