

Feel Good Fitness

フィールグッドフィットネス

運動で楽しくリフレッシュ！



2020年8月20日(木) 和歌山YMCA

10:00 ~ 11:00

参加費：800円

英語力は必要ありません。運動のできる服装でお越し下さい。

●オンライン又は電話で事前にお申込み下さい。

TEL 073-473-3338



Dylan (ディラン)

ニュージーランドのYMCAでフィットネストレーナーの経験があり、元レスラーのDylanによるエクササイズクラスです。器具を使わない、家庭でできる簡単な運動を行います。在宅で運動不足を感じている方、ストレス解消したい方、とにかく身体を動かしたい方、一緒に楽しくエクササイズしましょう！

和歌山YMCA

(JR和歌山駅東口より徒歩2分)

〒640-8323 和歌山市太田1-12-13 Tel 073-473-3338 Fax 073-473-2666

