

アクティブトランポリンクラス

大人のためのトランポリンクラスです。
トランポリンで楽しく運動し、体感トレーニング
足腰の強化・運動不足を解消しましょう！
しっかり準備運動をした後、トランポリンでの
基本的な跳び方、レベルに応じて
様々な技にチャレンジします。

12月開催日

4日・11日・18日・25日(金曜日)

時間 10:30~11:20

開催場所 OKB体操アリーナ メインアリーナ

レッスン料金 1回 1,000円(税込)

持ち物 タオル・飲み物