



デューク更家公認 ウォーキングエクササイズ



デューク更家公認デュークウォーキング協会
「DUWAS」認定講師が丁寧に指導します。脂肪を燃やし、
引き締めには即効力ダイエットはもちろん美しく歩くために細
かくしなやかな筋肉づくりができます！

〔 講 師 〕	武當 倭人先生	〔 曜 日 〕	金 曜 日 <small>(施設利用状況により変動あり)</small>
〔 時 間 〕	19:00 ~ 20:30 (90分)	〔 場 所 〕	多目的ホール
〔 料 金 〕 <small>スポーツ保険・消費税込</small>	1~3各期 (6回) 14,900円 4期 (4回) 9,900円		
〔 体 験 〕	1,500円 (税込) (1回のみ)		

〔 2021年度日程 〕

1 期	4 月	2 ・ 23
	5 月	7 ・ 21
	6 月	4 ・ 25
2 期	7 月	2 ・ 16
	8 月	20 ・ 27
	9 月	17 ・ 24
3 期	10 月	8 ・ 22
	11 月	5 ・ 19
	12 月	17 ・ 24
4 期	1 月	7 ・ 21
	2 月	4 ・ 18
	3 月	開 催 な し

- ・ 日程は変更する場合がございます。
- ・ 受講料は必ず、**教室参加前**のお支払いください。
- ・ お客様都合での返金はできません。

大阪府立体育会館 ☎ 06-6631-0121
大阪市浪速区難波中3-4-36
受付時間 9:00 ~ 20:00 (休館日を除く)

