

楽しく動こう！

かんたんエアロビクス

0円体験

開催日程

16日(水)	10:00-10:30
	17:30-17:50
18日(金)	16:00-16:20
19日(土)	12:10-12:30
23日(水)	10:10-10:30
	17:30-17:50
25日(金)	16:00-16:20
26日(土)	12:10-12:30

上記日時から選んで、
今すぐご連絡ください！



～ 専門インストラクターが親切・丁寧にご案内 ～

×× こんな不安…ありませんか？

- フィットネスクラブはちょっとハードそう…
- マシントレーニングだけでは続かないし…
- 1人では心細いし…

😊 でも大丈夫！

- 一回たったの20分間で気持ちよく動けます。
- マシンだけじゃない！楽しいレッスンをご用意♪
- 皆さんと一緒に、でもマイペースに動きます。

ご安心ください！

店長 高光香織
 ・健康運動指導士
 ・日本フィットネス協会 GFIエグザミナー
 ・レッスンインストラクター



女性専用健康運動スタジオ produced by L's エルサスポーツ

エルサ西大路花屋町店

営業時間：【月～金】10:00～13:00/15:00～19:00
休館日：【日曜日・祝日】 ※土曜日は前半のみ

☎ (075) 325-5563



http://ersa.jp

