

その他舞踊ダンス	
サークル名	ビクスレジェーロ
代表者	赤石 綾
電話番号	0428-33-3818
その他連絡先	
活動目的・日時・場所	
活動目的	全身をほぐす運動、簡単エアロビクスと筋トレ、ヨガストレッチ
活動日時	木曜日午後1時10分～1時間程度
活動場所	梅郷体育館
一言PR	
運動不足の方に。楽しい音楽で自然に身体がほぐれます。汗をかく喜び、姿勢も美しく、呼吸で体も心も整います。	

※連絡先が非公開になっている場合は、社会教育課へご連絡ください。

青梅市教育委員会 社会教育課 22-1111 (代表)

