



トキめき

おすすめ

フィットネスフェスティバル 2009

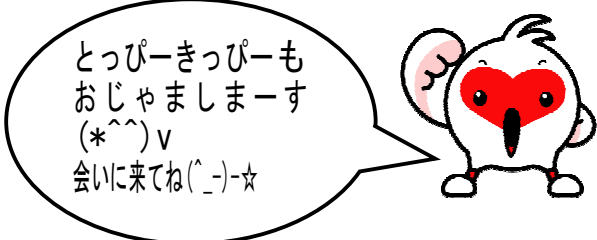
今年はトキめき新潟国体が開催されます！そのイメージソングに合わせたダンスを練習してみんなで国体を盛り上げましょう！

午後からの第2部は今年度の水曜フィットネスシリーズで大人気だったリズムウォークから、中上級向けのエアロビクスまで、多彩な内容で盛り上がりましょう！

- ☆期 日 平成 21 年 3 月 22 日 日曜日
- ☆時 間 第 1 部 午前 10 時 00 分～12 時 00 分
第 2 部 午後 12 時 30 分～15 時 00 分
- ☆会 場 神林総合体育館 アリーナ

- ☆内 容
 - 第 1 部 トツキッキ体操をみんなで踊ろう！
 - 午前 10 時 00 分
 - ～ みんなで練習！最後に希望者による舞台発表も♪
 - 午前 11 時 30 分
 - ～ New Age Dragon ステージアトラクション
 - 12 時 00 分
 - ピーカン娘のバルーンショー
 - 12 時 30 分
 - 第 2 部 楽しくリズムに合わせて歩きましょう！
 - 12 時 30 分
 - ～ リズムウォーク
 - 午後 1 時 30 分
 - ～ コンビネーションエアロビクス
 - 午後 2 時 30 分
 - ～ お楽しみ抽選会
 - 午後 3 時 00 分

- ☆対 象 者 どなたでも
- ☆参 加 費 小学生以下 無料
中学生以上 一人 500 円
- ☆主 催 村上市教育委員会
- ☆主 幹 フィットネスフェスティバル実行委員会
(神林エアロビクスクラブ、NPO法人健康サポートプラス、かみはやし総合スポーツクラブ希楽々)
- ☆協 賛 明治乳業(株)、アイビー化粧品、(有)いの上企画、住吉屋柳庵、(株)汐美荘
- ☆お問合せ かみはやし総合スポーツクラブ希楽々事務局 電話 66-8119



当日は、希楽々ショップによる飲食物販売、明治乳業によるV A A Mの試飲などがあります。どうぞご利用ください。