



# スローエアロビック



主催：新宿区体育協会加盟団体 新宿区エアロビック連盟

## みんなでスローエアロビック

日時：2019年6月30日(日) 9:30~10:30 (9:00~受付)

会場：新宿区 コズミックセンター 地下1階 小体育室

東京都新宿区大久保3-1-2 東京メトロ副都心線「西早稲田」駅3番出口より徒歩約3分

講師 (公社)JAF 指導専門委員 浅山 美樹  
持ち物 上履きシューズ、動きやすい服装、水分  
対象者 どなたでも参加できます

参加費無料  
定員60名

☆スローエアロビックは「いつでも」「どこでも」「だれでも」手軽にできるエアロビックです。音楽に合わせて楽しくからだを動かしましょう！

☆体力に自信のない方でも、無理なくできる運動です！

**申込方法** ☆個人情報 は適正に管理し、利用目的以外に使用いたしません☆

住所、氏名、年齢を明記して、下記までFAX またはメールでお申し込みください。

(レクリエーション保険加入のため) 当日申し込みもあります。

FAX：03-3268-8025 / e-mail：shinjukuaero@gmail.com

(お問い合わせも上記まで)

後援：公益社団法人日本エアロビック連盟・NPO 法人東京都エアロビック連盟

※「スローエアロビック」は公益社団法人日本エアロビック連盟の登録商標です。



特別協賛：スズキ株式会社

