

同好会の名称	スマイルエアロ		
活動の種類	やさしいエアロビック	活動内容	リフレッシュのためのリズム体操
活動場所(部屋名)	第2会議室		
活動日	第1・第3月曜日		
活動時間	13:30~14:30		

踊ることが大好きな、女性ばかりの同好会です。
 1ヶ月に2度だけの活動ですが、「無理をせず楽しく運動！」を
 モットーとし、地域の人たちが気楽に参加できる場でありたい
 と思っています。
 インストラクターでもある会員さんのリードのもと和気藹々、
 家事や仕事を忘れての貴重な時間となっています。

