



We's美活部主催

AEROFIT24コラボ開催企画

OPEN FIT CAMP

簡単エアロビクス & ストレッチ

ダイエット

ストレス  
解消

老化防止

日時 令和6年3月21日(木)

12時スタート(11時45分集合)

場所: 多目的レンタル空間A space

大阪府中央区瓦屋町2-16-4 荒川ビル2F

<https://osaka-ospace.com/about>

参加費 1,500-

(リカバリーシューズ 🍷 付き)

持ち物: 室内シューズ 🦶 汗拭きタオル

500mlお水 (水分補給用)

運動しやすい動きやすい服装

(更衣室あります)