

MIZUNO FUTSAL PLAZA



# FITNESS TIME

金曜日 10:30~11:30

- 楽しく色々なスポーツをしてみたい！
- 運動不足解消に！
- ダイエットしたい！
- 家事や子育てのストレス解消に！

**初回無料!!**

**フィットネスタイムは何をするの？**

- ・ストレッチ・体幹トレーニング
- ・鬼ごっこ・テニス・バレーボール
- ・ウォーキングサッカー・跳び箱  
などなど。何でもやります！

お子様の学校のママさんと、近所のママさんやお友だちを誘って、来てみてください♪♪  
スポーツをする心地よさや楽しさに気づくはず！！  
気楽に足を運んでみてください♪素敵な仲間と出会えます(o^-^o)

@ミズノフットサルプラザ藤沢インドアコート

参加費 🍷 1回500円

ポイントカード制度有り♪ 500円/1P、友達紹介で10P、20Pで一回無料！

持ち物 🍷 飲み物、タオル、ヨガマット（あれば）、室内シューズ

対象 🍷 体を楽しく動かしたい女性

詳しくはミズノフットサルプラザ藤沢までご連絡下さい(^-^)

☎0466-24-7261

ミズノフットサルプラザ藤沢

〒251-0012 神奈川県藤沢市村岡東1-5-8

