

# あっちゃんの

## 補助講習会⑤



健康体操教室ハローフレンズイノア  
代表 伊藤あつこ

### お題:新! ラウンド解説 3回目 イノアの



# 基本体操

普段のレッスンではゆっくり説明できない、これから始まる『ラウンド』を徹底的に解説します。  
毎週やるラウンドなのに、やり方がい加減では一生の損!!

どのよう  
にやるか

注意点は  
どこ?

自分で  
納得!

日時

12月7日(日)  
15時から16時半

場所

健康体操教室  
ハローフレンズイノア

イノア一般会員

500円

一般会員外

800円



ブームあり  
+200円  
オンデマンド  
+500円

### お申込み・お問い合わせ

健康体操教室ハローフレンズイノア  
知多郡東浦町緒川相生の丘8-3

Tel. 0562-77-3607  
hello-friends-inoa@ma.medias.ne.jp

イノアの体操未経験の方、イノア体操って何??を知る導入編にもなります!! お試しください! ♥