

Sports Club RAINBOW

■ 担当：矢野 陽祐

■ 日時：金曜 AM10:00～12:00

■ 人数：約12名(60～70代女性)

■ 会費：会員 無料・非会員 500円



■ 担当者の声

- ・程よい運動ですが、たくさん汗をかく事ができ、とても良い運動になります。
- ・小まめに休憩を挟む事で、参加者の皆様が、無理せずにスポーツを楽しめるよう心掛けています。

■ 参加者の声

- ・失敗しても笑顔で声をかけてくれるので、みんな仲良く、とても楽しく出来ます。(70代女性)
- ・スポンジのボールなので初心者でもすぐに慣れる事が出来ます。(70代女性)

