

とらふす ニュース

【お問い合わせ】立雲の郷 とらふす道場
住 所： 朝来市和田山町竹田2063-3
電 話： 079-674-0075
休館日： 日曜日

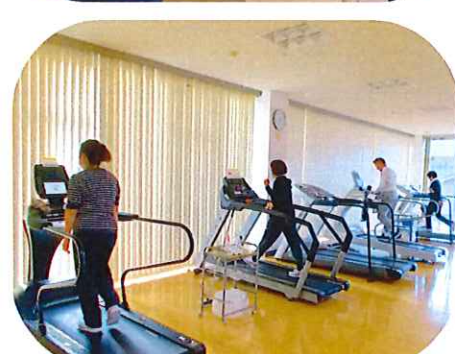
新着情報は随時更新中☆

立雲の郷



毎年恒例のとらふす抽選会を行いました

12月のスタンプラリーのお題は「10分以上の有酸素運動（エアロビクス）」でした。
お題を達成出来たらカードにスタンプ1つ押印☆（5個集めて抽選会参加）
温かい室内でのウォーキング、自転車、エアロビクス教室や懐メロダンス教室など
皆さんご自分にあった運動量で、楽しみながら汗を流しました♪
毎年恒例、空くじなしのとらふす抽選会は大盛り上がり!(^~)!来年もお楽しみに☆



ご利用いただいた皆様、今年1年間ありがとうございました。
よいお年をお迎えください。

