

アピアスポーツクラブ

第2弾LIVE動画配信スタート！！

下記の日程で、私達アピアスポーツクラブのインストラクターやスイミングコーチが、お家でできるトレーニング動画の配信をリアルタイムで10分～15分ほど行います！

時間の合う人は私達と一緒に気持ちの良い汗を流しましょう！

又、配信されたLIVE動画は後からYouTubeやFacebookにて閲覧できます！

5月23日（土）

- ①10:00～ 『めざまし体操』 河上
- ②10:45～ 『ジュニア向けなわとび動画』 有井
- ③11:30～ 『お家でコーディネーション』 塚原

[YouTube LIVE動画](#)

[Facebook LIVE動画](#)

上記のどちらかのリンク先から参加してくださいね！

アピアスポーツクラブ**動画**コンテンツも
無料配信中！！

下記をクリック

[アピアスポーツクラブホームページ](#)