

令和4年度

セミパーソナルで行う 筋力トレーニング

各受講者に適したメニューで
トレーニングを行います。

4月11日・18日・25日

5月16日・23日・30日

6月13日・20日・27日 月曜日

時間

午前① 9:00~9:50
午前② 11:10~12:00

金額

各回 1,000円

申し込み方法

4/11 (月) 9:00~(申込順)
北部体育館窓口・電話にて予約受付
※ 来館時、検温・マスクの着用をお願いします

場所

柔道場

持ち物

飲み物・マスク

対象

18歳以上の人 (各回3名)

問合せ：北部体育館 ☎ (054) 255-6262