

トレーニング講習会日程 2026

5月	4	月	19:00~20:00	
	9	土	14:00~15:00	
	13	水	19:00~20:00	
	17	日	14:00~15:00	
	23	土	19:00~20:00	
	26	火	14:00~15:00	
	29	金	14:00~15:00	
6月	5	金	14:00~15:00	
	8	月	10:00~11:00	

定員 7名

持ち物 参加費500円、運動できる服装、室内シューズ
 飲み物、タオル、顔写真（縦3cm×2.5cm）
 ボールペン