

トレーニング講習会日程 2026

7月	2	木	19:00~20:00	
	5	日	19:00~20:00	
	8	水	10:00~11:00	
	14	火	14:00~15:00	
	18	土	19:00~20:00	
	20	月	14:00~15:00	
	29	水	19:00~20:00	
	31	金	14:00~15:00	
8月	2	日	14:00~15:00	
	6	木	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