

# ミズノ体操教室

《野球場で健康づくり！》

## お友達同士でのご参加いかがですか？

曜日・時間	教室名	内容	対象	定員	料金	開催回数
月	14:00～15:00	美ボディエクササイズ	目指せ！スッキリボディ コアトレでウエストシェイプ	体力の衰えを感じている方		
水	14:00～15:00	リンパマッサージ教室	リンパを流してスッキリ!! 簡単マッサージ方法教えます	体幹を整えたい方 リフレッシュしたい方	8名	¥900/回
木	10:30～11:30	楽らく健康体操	楽しく汗をかいて 健康寿命を延ばそう！	いつまでも元気で、動ける 体をめざしたい方		
金	14:00～15:00	骨盤体操	骨盤を正しい位置へ! ほぐして、矯正、筋力UP	骨盤の歪みを改善したい方		

※料金は消費税含

## 受講希望者受付中!!

スクール  
内容!!



野球場で健康づくり  
★どなたでもご参加いただけます★  
★健康運動から健康寿命を楽しく延ばそう！★  
★こころも体も癒しませんか★

### ●場 所

球場会議室  
※屋内土足禁止

### ●参加費

・会員価格：1回 ¥900  
(・税込み・保険込)  
・体験価格 1回 ¥1,000

### ●注意事項

★教室は球場の会議室にて行われます。  
★ドリンク・タオルなどのご準備をお願いします。  
★運動をする格好でご参加ください。  
★かかとのある室内履きが必要になります。  
トレーニングシューズ等をご持参ください。  
★駐車場は公園内の駐車場をご利用ください。  
球場の周りに置かれないようにお願いします。

### ●申込方法

・お電話、もしくは事務所にて直接お申込みください。  
※キャンセルの場合はご連絡ください。

## お申し込み・お問合せ

オーヴィジョンスタジアム下関  
指定管理者：ミズノグループ

〒759-6615 山口県下関市大字富任字小迫

TEL:083-259-8070

営業時間 平日9:00～22:00

日祝9:00～17:00