

筋力が衰えがちな世代の方の筋力をあげていきます！

健康筋力アップ



3か月単位の
教室です

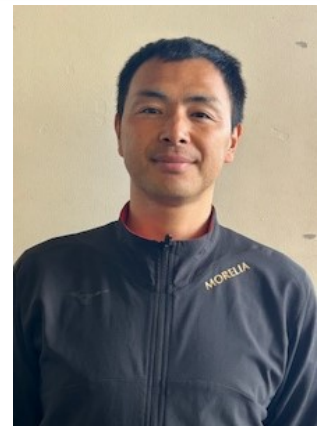
● 教室概要 ●

● 講師紹介 ●

場 所 箕面市立第二総合運動場 トレーニングルーム

日 時 毎週月曜日（祝日は除く）① 12:45～13:45
詳しい日程は事務局までお問合せ下さい。 ② 14:00～15:00

受講料 1回あたり ¥800 ※期によって実施回数が異なります。
注）一旦お支払いいただいた参加費は、
いかなる理由があってもご返金できません。



宮内健太先生

対 象 60歳以上の方

定員数 ①・②各12名

申込方法 箕面市立第二総合運動場までお問合せください
体験受講後の申込受付もおこなっております（体験料 ¥800）
体験後の入会の場合のみ、回数割対応となります。

持ち物 動きやすい服装・室内用シューズ・汗拭きタオル・飲み物

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたします。

【スクール連絡】や【受講料の入金連絡】等に利用させていただきますのであらかじめご了承ください。



箕面市立第二総合運動場

☎ : 072-729-4558

〒562-0026

箕面市外院1-2-3



● 営業時間 9:00～21:00

● 休館日 毎月第4木曜日
年末年始