

2025年度 健康筋力アップ①②

- ・対象 : ①②60歳以上の方
- ・料金 : 期制①②800円（1回分）
- ・日時 : 月曜日①12：45～13：45 ②14：00～15：00
- ・持ち物 : 運動の出来る服装・室内用シューズ・飲み物・タオル
- ・場所 : 第二総合運動場 トレーニングルーム



月	日にち					回数 金額
1期 4月	7日	14日	21日	28日		計12回 9600円
5月	12日	19日	26日	※5日 お休み		
6月	2日	9日	16日	23日	30日	
2期 7月	7日	14日	28日	※21日 お休み		計10回 8000円
8月	4日	18日	25日	※11日 お休み		
9月	1日	8日	22日	29日	※15日 お休み	
3期 10月	6日	20日	27日	※13日 お休み		計9回 7200円
11月	10日	17日	※3日 お休み	※24日 お休み		
12月	1日	8日	15日	22日	※29日 お休み	
4期 1月	19日	26日	※5日 お休み	※12日 お休み		計10回 8000円
2月	2日	9日	16日	※23日 お休み		
3月	2日	9日	16日	23日	30日	

問合せ：第二総合運動場 072-729-4558

※急遽、教室が休講となった場合は適宜、料金を変更させていただきます。予めご了承下さい。