

バランスボールを利用して、体幹や筋力を高めましょう！

バランスボールA・B



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 会議室

日 時 ■ 毎週金曜日 A : 9:30~10:30
(祝日は除く) B : 10:45~11:45

詳しい日程は事務所までお問合せ下さい。

受講料 ■ 1回あたり¥1,000 ※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。

対 象 ■ 18歳以上の方

定員数 ■ A・B各15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



梶村 知子先生

※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