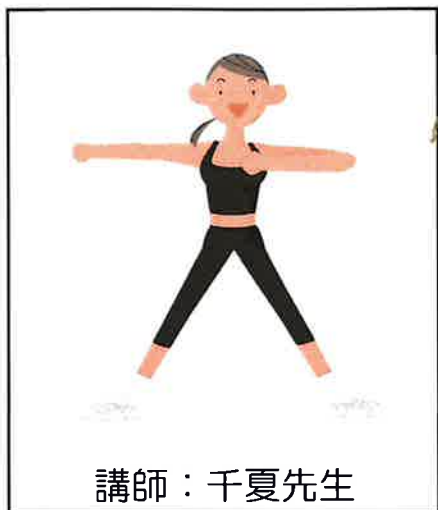


筋トレ&ストレッチ教室



★初めての方におすすめ★

トレーニングをして体力・筋力をつけていきましょう。
肩こりや腰痛の予防、改善の効果も期待できます。

3か月単位の
教室です！



| | |
|----|-------------|
| 対象 | 40歳以上の女性 |
| 日程 | 火曜日 |
| 時間 | 19:30~20:30 |
| 場所 | 第二総合運動場 会議室 |
| 定員 | 15名 |

参加費 1回あたり880円 ※期によって実施回数が異なります。
※詳しい日程は第二総合運動場事務所までお問合せ下さい。
注) 一旦お支払い頂いた参加費は、いかなる理由があってもご返金できません。

申込方法 第二総合運動場窓口までお越しください
尚、定員数になり次第、受付は終了とさせていただきます
体験受講後の申込み受付もおこなっております。(体験料800円)
体験後の途中入会の場合のみ、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

お問合せ 箕面市立第二総合運動場

〒562-0026 箕面市外院1-2-3
TEL: 072-729-4558