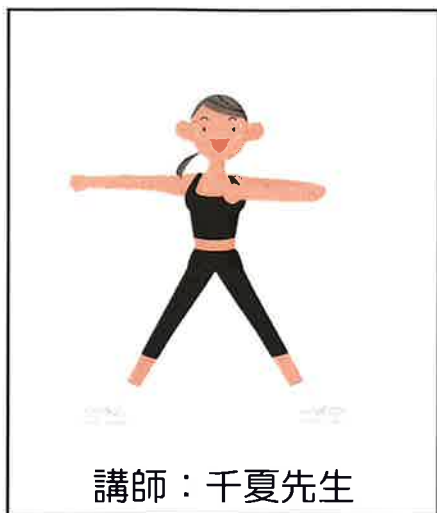


はじめよう！女性限定筋トレ教室



★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	毎週土曜日
時間	9:00~9:50
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