

全身を動かし、姿勢を正し、運動不足を解消しましょう！

健康バランストレーニング



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 ■ 水曜日 13:30~14:30
詳しい日程は事務所までお問合せください。

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。

対 象 ■ 60歳以上の方

定員数 ■ 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



中山 良子先生

※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しからずご了承ください。



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