

元気 やる気 笑顔がでる運動

運動ができる方を対象に筋力バランストレーニングや有酸素運動を行い、認知機能の改善や健康寿命の延伸を目指します。



新規受講生 募集中！

場 所： 布引体育館 武道場

日 時： 木曜日 13:30~14:30

入会金： 3,300円

受講料： 1,100円/回
 毎月の開催日数の金額となります。
 例：月3回開催3,300円

対 象： 一般（16歳以上）



体験受講受付中！
まずは一度体験してみませんか？
（1人1回、要予約、先着順）
体験料1,100円

満員の場合、キャンセル待ちでの受付となります。ご了承ください。

- 動きやすい服装、飲み物、タオル、室内用シューズ、マスクを持参してください。各教室に持ち物の指定がございます。申込時にご確認ください。
- 定員は15名です（先着順）

※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が、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。



東近江市総合運動公園 布引体育館

TEL：0748-25-2633

〒527-0071 東近江市今堀町581番地11
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7306>

● 営業時間 9:00~22:00

● 休館日
 ・ 年末年始
 ・ 水曜日
 （休日の場合、その直後の休日等でない日の翌日）