

体育馆デー平成31年2月17日(日)

トレーニング30分体験会

参加無料

①10:00~10:30 『バランスボール体験』

- ＜持ち物＞ 上履き、タオル、飲み物
＜場 所＞ 剣道場
＜定 員＞ 25名



※お子さまが参加される場合は、保護者同伴でお願いします。

②11:00~11:30 『ステップエクササイズ体験』

- ＜持ち物＞ 上履き、タオル、飲み物
＜場 所＞ 剣道場
＜定 員＞ 25名



※お子さまが参加される場合は、保護者同伴でお願いします。

③13:00~13:30 『バランスボール体験』

- ＜持ち物＞ 上履き、タオル、飲み物
＜場 所＞ 剑道場
＜定 員＞ 25名



※お子さまが参加される場合は、保護者同伴でお願いします。

④14:00~14:30 『ステップエクササイズ体験』

- ＜持ち物＞ 上履き、タオル、飲み物
＜場 所＞ 剑道場
＜定 員＞ 25名



※お子さまが参加される場合は、保護者同伴でお願いします。

※受付は当日事務室にて随時行います。(各回の体験会は先着順です)