

体育館デー平成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> 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。



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> 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。



※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)