

袋井市風見の丘 2019年度夏期 60歳からの体幹トレーニング（月） 体験・短期教室

★ 体験会 講師：太田 由美さん

- 時間 11：15～12：15
- 日程 8月26日（月曜日）
- 定員 15名
- 持物 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル
- 受講料 500円
- お申込 8月14日（水）朝9時～定員に達するまで
風見の丘受付へ直接、もしくはお電話にて
お申し込みください。

・正しい姿勢での
トレーニング方法を
学びましょう♪



★ 短期教室 講師：太田 由美さん

- 時間 11：15～12：15
- 日程 9月9日、23日、30日（全3回／月曜日）
- 定員 15名
- 持物 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル
- 受講料 1,500円／3回
- お申込 8月14日（水）朝9時～定員に達するまで
風見の丘受付へ直接、もしくはお電話にて
お申し込みください。



★ お問合せ 袋井市風見の丘 (0538)-24-0345 袋井市岡崎6635-8
午前9時～午後9時開館、毎週火曜日休館