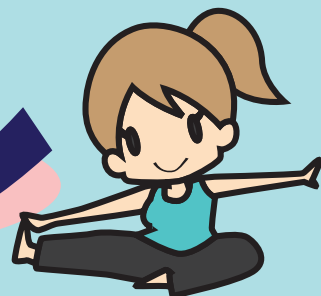


運動習慣

はじめよう!

朝のストレッチ

ちょいトレ



月曜
開催!!

9:15~10:00

①5/12

②5/19

③5/26

④6/2

⑤6/9

⑥6/16



【場 所】 西部体育センター 中アリーナ

【対象者】 一般男女

【定 員】 **10** 人 (定員になり次第締め切り)

【内 容】 身体ほぐしの運動と、全身をしなやかに保つ
おすすめストレッチを紹介します。

【指導者】 当センター 職員

【参加料】 全6回 **1,500円**

(保険料含む)

※6回参加できない場合は、
1回 **300円** で参加可能

申込み

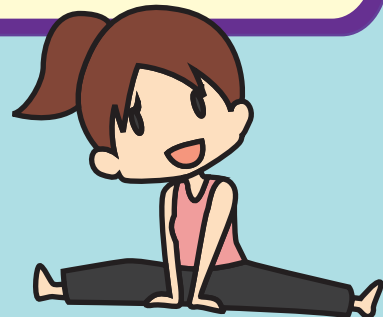
受付窓口、電話で、
お申込みください。

問合わせ

富山県
西部体育センター

〒939-1313 砺波市柳瀬 241

☎(0763) 33-3412



ホームページ
QRコード



Line公式アカウント
QRコード



Instagram
QRコード



@TOYAMA_SEIBU_SPORTS_CENTER