

平成29年度 第1期

富山県西部体育センター

# トレーニング

運動してみたいけど、やり方が  
分からないという方、スタッフが  
やさしく指導いたします。

## 入門教室



バランスボール

### 初心者大歓迎!!!



## 5/27 (土) ~ 6/24 (土)

※期間中、第1トレーニング室を 都合の良い日・時間に 8回 まで利用できます。

【対象】 一般男女

(18歳以上)

【定員】 20名

(定員になり次第締め切り)

【受講料】 3,500円

(利用料、資料代、保険料を含む)

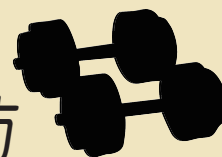
【申込期間】 5月1日(月) ~ 25日(木)

あなたに合った  
トレーニングメニューを  
作成します!

夏がくる前に

ひきしめポティを

手に入れよう!!



お問い合わせ、申込み用紙、  
内容についての詳細は、  
裏面をご覧ください。

- 健康づくりを始めたい方
- トレーニングに興味のある方
- 体をひきしめたい方

etc...