



NEW
朝のストレッチ

朝のストレッチ & ちょいハイトレ

運動習慣
はじめよう

月曜
開催!!

9:15~10:00

① 5/13

② 5/20

③ 5/27

④ 6/3

⑤ 6/10

⑥ 6/17



【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。

【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

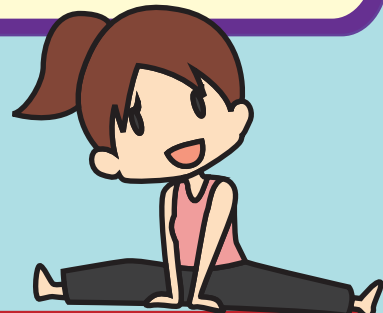
受付窓口、電話で、
お申込みください。

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

