

平成29年度 4期制教室

ラララフィット教室



用具を使って効率よく筋力アップ

ミズノオリジナルの運動グッズを利用した、トレーニングです。無理のないトレーニングで筋力アップ！また、日頃の疲れを解消します。

対象 60歳以上

日程 毎週金曜日

時間 13:15~14:30

場所 第二総合運動場 会議室

定員 15名

参加費 5,520円（全12回の場合）
注）一旦お支払い頂いた参加費は、いかなる理由があってもご返金できません

申込方法 第二総合運動場窓口までお越しください
尚、定員数になり次第、受付は終了とさせていただきます
体験受講後の申込み受付もおこなっております（体験料1,080円）

持ち物 動きやすい服装・汗拭きタオル・飲み物

お問合せ 箕面市立第二総合運動場

〒562-0026 箕面市外院1-2-3
TEL: 072-729-4558

