

シェイプアップトレーニング教室 春コース

エアロとコアトレで目指せ美ボディ!!!



期 日 平成30年5月9日、16日、23日、30日、6月6日、13日、20日、27日
毎週水曜日【全8回】

時 間 午前10時から午前11時30分まで

場 所 小田原アリーナ・メインアリーナ

主 催 公益財団法人小田原市体育協会

後 援 小田原市

対 象 県西地域に在住・在勤・在学の18歳以上の女性

内 容 『カラダを引き締めるためのエクササイズ』

エアロビクス&コアトレ(体幹トレーニング)を行います

講 師 川口喜代美(日本体育協会公認スポーツ指導員・エアロビクス上級指導員)

三宅 裕司(トレーニング指導士認定・保育体育教員免許・新体操一種審判員)

定 員 40名・先着順

参加料 1人 4,000円(傷害保険料含む) *教室初日に徴収します。

申込み 小田原市体育協会ホームページ申し込みフォームにて

平成30年4月9日(月)午前8時30分から5月1日(火)まで



ホームページ QRコード

その他 ・主催者は、主催者が加入するスポーツ傷害保険以外は一切の責任を負いません。

・室内シューズをご持参し、運動のできる服装でご参加ください。

・参加料を徴収した後の返金に対応しかねますので、ご了承ください。

・主催者にて撮影した画像等は、ホームページ等で公開する場合があります。

問合せ 公益財団法人小田原市体育協会事務局

TEL 38-3310 8:30~17:00 土日祝日を除く

FAX 38-1202

協会ホームページ : <http://www.odawara-taikyo.or.jp/>

