

シェイプアップ・トレーニング教室 春コース

エアロやヨガ、コアトレで目指せ美ボディ!!!



主催 公益財団法人小田原市体育協会
後援 小田原市
期日 令和2年5月1日、8日、15日、6月5日、12日、19日、7月10日、
17日 金曜日【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・メインアリーナ他
※7月10日(サブアリーナ)

対象 県西地域に在住・在勤・在学の18歳以上の女性

定員 50人・先着順

参加料 1人 4,000円(傷害保険料含む)

※教室初日(5月1日)に受付で徴収します。

参加料を徴収した後の返金是对应しかねますので、ご了承ください。

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・保健体育教員免許・新体操一種審判員)

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から

「小田原市体育協会」で検索

令和2年4月10日(金)午前8時30分から4月22日(水)中に



申込先 QR コード

持ち物等 室内シューズをご持参の上、運動のできる服装でご参加ください。

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。
・主催者にて撮影した画像等は SNS・情報誌・ホームページ等に掲載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

電話 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/>

