

力のくすり

2024年

健康教室

火曜

金曜

中級 13:00~15:00
初級 15:00~16:30

初級・中級 13:00~15:00

1月

9

12

—

19

23

26

30

2月

2(無料デー)

6

9

13

16

—

23

27

毎月第一金曜は
無料デーです。
多数のご参加お待ちしております。

高舟台自治会館 2階

持ち物：飲料水, タオル。(以下なくても可：室内シューズ, ゴムバンド+マット)

会費：500円/回 (初回体験無料)

後藤：080-3122-0957

資格：米国 NSCA-CPT 日本 JATI-ATI