

みんなで楽しく弾もう！

One Dayエクササイズ

バランスボール教室  
参加者募集

心も身体もリフレッシュしましょう～

予約制  
40名

こんな方におすすめです！



体幹を鍛えたい！

自律神経を整えたい！

運動不足を解消したい！

2024年  
9月20日(金)

19:30 ~ 20:30



【対象】中高生～一般

【場所】岐阜メモリアルセンター 体育室

【持ち物】タオル、飲み物

【利用料】中高生160円、一般340円

※中学生は保護者同伴をお願いします。

<お問い合わせ>

058-233-8584

【営業時間】 9:00～20:30 (月～土)

9:00～17:00 (日・祝)

(毎週火曜定休)

公益財団法人 岐阜県スポーツ協会 トレーニング室