

＼One Dayエクササイズ／
バランスボール教室

参加費

一般 340円
中高生 160円

2026年1月16日(金)

19:30-20:30



【定員】先着40名
(定員になり次第締め切り)

【持ち物】上靴、飲み物、タオル

【対象】中高生から一般まで

【場所】岐阜メモリアルセンター体育室

【受付】岐阜メモリアルセンタートレーニング室

※おすすめポイント※

- ・運動不足を解消したい方
- ・自律神経系を整えたい方
- ・姿勢改善したい方



※レッスン前にトレーニング室をご利用いただけます！(18:30～19:30)

〈お問い合わせ〉

TEL:058-233-8584

【営業時間】

9:30～20:30 (月～土)

9:00～17:00 (日・祝)

火曜定休

(公財) 岐阜県スポーツ協会 岐阜メモリアルセンタートレーニング室