

事前予約制



12月18日土曜レッスン

☆ちよこトレ☆

ストレッチ・体幹・リラクゼーションなど、様々なトレーニングを行う教室です。運動不足が気になる方、トレーニング初心者におススメの教室です。

時 間: 13:00~14:00

参加料: 510円

定 員: 15名

講 師: 篠丸 先生



☆すこやかキッズ体操 (対象:4歳~6歳と保護者)

4歳~6歳のお子様を対象とした、親子で行う簡単な運動教室です。親子のコミュニケーションにもおススメです。

時 間: 14:30~15:15

参加料: 510円

定 員: 10組

講 師: 曽根 先生



☆ザ・サーフィットforビギナーズ

スロートレーニングやクイック動作の筋力トレーニングと有酸素運動を交互に行うサーフィットトレーニングの初心者バージョンです。

時 間: 15:30~16:15

参加料: 310円

定 員: 15名

講 師: 福田 先生



参加申込み方法

お電話、または、管理事務室にて受け付けします。参加料は、当日受付にてお支払いください。先着順のため、定員になり次第締め切らせていただきます。

申込受付開始: 12月6日(月)9:00~

※申し込みは、本人のみです。代理での申込は受け付けておりません。

当日参加

定員に達していない教室は当日参加も受け付けます。(当日料金: 参加料+200円)

その他注意事項

お申し込み後のキャンセルは受付いたしかねます。

また、いかなる場合でも返金はできませんので、ご了承ください。

Pikaraスタジアム (香川県立丸亀競技場)

〒763-0053 香川県丸亀市金倉町830

TEL 0877-21-5800 FAX 0877-21-5801

