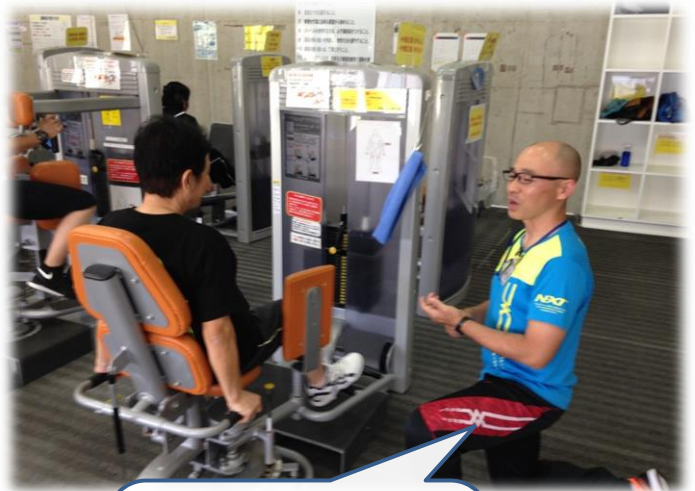


これから始めるトレーニング教室

マシンの使い方がわからない

どんなメニューをすればよいのかわからない

これからトレーニングを始める方 ……講師が丁寧に指導します



トレーニングマシンの
使い方を学び効果
的な運動を！

講師： 安慶名 尚人

健康運動指導士

玉代勢 涼太

NSCAパーソナルトレーナー

申込期間：4月12日(木)～4月26日(木)教室当日10:30まで
※先着15名で締め切ります。

対象：トレーニングマシンの使い方を学びたい方
効果的なトレーニング方法を知りたい方

教室日程：4月26日(木)・5月10日(木)11:00～13:00

受講料：1,000円(申込・支払いは体育館窓口まで！)

電話：098-930-5706

お問い合わせ

〒904-2173 沖縄市比屋根5-3-1
沖縄県総合運動公園運営管理事務所
指定管理者：トラステック・ミズノ共同企業体
電話 098-932-5114 FAX 098-932-7297

