

10.22 TUE.  
19:00-20:00

はじめての

体幹トレーニング教室

運動したいけど何をすれば良いのかわからない・・・  
そんな方向けの初心者用エクササイズ教室を始めます。  
腰痛などをお持ちの方でもOK!

トレーナー 野口 優太郎

中国電カラグビー部トレーナー、はり師きゅう師

無料  
体験会

11月より定例化決定!  
第2・第4火曜日(月2回)

対象

一般(高校生以上)

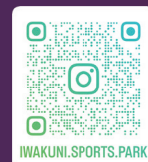
定員

先着10名

お申し込み&問い合わせ

岩国市総合体育館 0827-32-7411

741-0072 山口県岩国市平田 1-40-1 受付時間 9:00-22:00



IWAKUNI.SPORTS.PARK