

2025年度 第1期(4月~6月)

機能改善トレーニング

【日程】 4/4・11・18・25 5/9・16・23・30
6/6・13・20・27 全12回
毎週金曜日に開講(5/2は休み)

【時間】 10:30~11:15(45分)

【場所】 井出山体育館会議室

【定員】 6名(最少実施人数4名)

【対象】 16歳以上の方

【内容】 固まった筋肉をほぐし、体幹をつけながら
怪我のない身体を作りましょう。

【講師】 長江 具子

【料金】 10,920円(税込)/12回

【先行申込】 2025年3月まで金曜日「機能改善トレーニング」に
ご参加された方が対象
3/3(月)10:30からTACきらめきにて、受付開始

【通常申込】 3/10(月)10:30から受付開始

【締切】 3/28(金)営業終了まで



※定員になり次第締め切らせていただきます。(先着順)

※お電話での申込予約も受付いただけます。

お電話でのご予約の方は3/28(金)までに申込用紙のご記入と、ご入金をお願いいたします。

※締切時点で最少実施人数に満たない場合は、中止となり、返金させていただきます。

※回数途中から申込の場合、残り回数×910円(税込)でご参加いただけます。

※体験の場合、1回1,650円(税込)でご参加いただけます。(前日までにお申し込みください)

TEL : 0743-76-1123