

ライフ塾



日時 毎週木曜日
(第5週目を除く)

9:30~10:30

料金 1回500円

場所 上野台体育館
(トレーニング室)

内容 介護予防の為の
運動を行います。

持ち物 動きやすい服装・室内用の靴
飲み物・参加費

申し込み方法 事前申し込み

お問い合わせ先 049-263-8988 (上野台体育館)



先生紹介



押野 直侑
(おしの なおゆき)

カヌー歴12年

コーチ歴5年

楽しくトレーニングしましょう！