

バランスボールを使ったスロートレーニングで、じっくり身体の奥から鍛えよう！

# スローコンディショニング

KOZAKANAKUN SPORTS PARK BINGO

2期

## 場所

びんご運動公園  
健康スポーツセンター  
2F サブアリーナ

## 日程

金曜日

10:25～11:10

7/11	7/18	7/25	8/1
8/8	8/22	8/29	9/5
9/12	9/19		

## 対象・定員

16歳以上  
定員35名

## 受講料

6,700円/全10回

(申込み時にお支払いください・電話での受講の申し込みはできません)

770円/1回参加もOK! ※空きがある場合のみ

(30分前より受付開始・事前予約不可)

## 持ち物

動きやすい服装  
室内シューズ



スポーツパークびんご  
KOZAKANAKUN SPORTS PARK BINGO

<http://www.bingo-sportpark.com/>



Search

