

Let's TRY!

回覧

ストレッチポール教室

参加者募集中!!!

レッスン内容

- ・正しい使い方と効果の説明
- ・7つの基本的なエクササイズ
(ベーシックセブン)

☆講師☆

惣田 悠介

- ・ストレッチポール・ベーシックインストラクター

日時

2025年9月25日(木)
19:00~19:45

場所

滝上町スポーツセンター

定員

5名

参加費

500円

※施設利用料の100円は別途がかかります

持ち物

ストレッチポール

※無料で貸し出しております
(数に限りがありますので、お早めにお申し込みください)

興味はあるけど乗るのが怖いという方には、バランスのとりにくいハーフカットのポールもあるので、安心してご参加下さい

お申し込み方法

滝上町スポーツセンター

TEL: 0158-29-4505

予約&
お問い合わせ

LINE@



滝上町教育委員会スポーツ振興事業委託事業

主催: NPO法人滝上町スポーツ協会

