

# ファンクショナル トレーニング



日時:平成30年7月3日~9月11日(8/14を除く)

毎週火曜日

午前10時~11時30分

対象:18歳以上

定員:20名(申込順)

費用:5,000円(全10回分)

会場:相模原ギオンスタジアム

申込:電話/メール/FAX/HPの教室フォームにて、氏名(ふりがな)

住所・電話番号・年齢・性別・教室名・返信用連絡先をスタジアム

までご連絡ください。受付は**6月1日**から開始です。

全身の柔軟性、バランス力、筋力などを同時に高めることができ、日常生活の動作やスポーツの動きに変化がでます。

広報さがみはら  
6/1号掲載

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088 FAX 042-777-0161

メール [asamizo-stadium@dream.jp](mailto:asamizo-stadium@dream.jp)

HP アドレス <http://www.asamizo-stadium.jpn.org>

