

2期 7月スタート!! 新規スクール生募集

大人のISCスクール

元気アツプ塾

体験できます
1回 1,360円
要予約

運動のやり方がわからない方、
自分では運動を継続していく自信がない方におすすめ

楽しくいろんな運動をして
みんなで足腰を鍛えましょう!



水 曜日 13:00~14:00

定員:20名

場所:マルチパーパス

受講料:12,240円(1,360円×9)

週替わりでいろんな
運動をします。
脳活性化メソッドも交え、
楽しく笑いのあるクラスです。
ココロもカラダも元気で
健康になりましょう!



担当:安川

健康福祉運動指導者
シナプソロジーインストラクター

【スクール生の声】

- ・足腰が鍛えられ山登りが楽しめるようになりました。(70代男性)
- ・体力に自信がついて自然と運動量が増えました。(60代女性)



- ISCでは開催される大会やイベントの関係で、クラスの開催回数変動します。
- 登録料は必要ありません。
- 受講料のお支払いは、1期分(3ヶ月分)の一括払いとなります。
- 期の途中からでも登録できます。
- 見学・体験をご希望の方は、気軽にお問い合わせください。 [TEL076-268-2222](tel:076-268-2222)

いしかわ総合スポーツセンター

〒920-0355 石川県金沢市稚日野町北 222 ☎076(268)2222

【開館時間】9:00~22:00 【休館日】年末年始(12/29~1/3)

<http://www.ishikawa-spc.jp>

いしかわ総合スポーツセンター

検索

案内情報や
イベント情報
配信中心!

指定管理者 石川県スポーツ協会グループ [(公財)石川県スポーツ協会、(公財)北陸体力科学研究所、石川県ビルメンテナンス協同組合]



Facebook



Instagram