

🔥7月運動教室のお知らせ🔥

3日(月)

リズムエクササイズ
13:00～14:00

リズムに合わせて
身体を動かします♪

講師：渡会 純子



5日(水)

チューブトレーニング
14:00～15:00

チューブを使って
下半身のトレーニング
をしていきます😊

講師：近藤 貫太



13日(木)

体幹トレーニング
19:00～20:00

夏に向けて
身体を作りましょう🔥

講師：嶋津 悠斗



★**会場**：札幌ドーム西棟会議室

★**受講料**：大人 1,000円／高校生・65歳以上 800円

※トレーニングルーム入場料込

※クレジットカードはご利用できません

※駐車場を3時間まで無料とさせていただきます

★**持ち物**：タオル・お飲み物・屋外用シューズ

★**お申込方法**

トレーニングルーム受付

お電話

・札幌ドーム代表

011-850-1000 (9:00～17:30)

・トレーニングルーム

080-2876-5106 (17:30～21:00)

先着順で
受付開始！
各20名