広告

広告

12月のイベント情報

人権フェスタ2023

【日にち】 12月10日（日） 【時　間】 9:00～11:00
【場　所】 中央公民館　大ホール（２階）
人権のことについて考える良い機会です。
ぜひ、お越しください。

ジャパンアスリートトレーニングセンター大隅
Japan Athlete Training Center Osumi

〒899-7301　鹿児島県曽於郡大崎町菱田1441
☎099-477-1102
【指定管理者】ニチガスクリエート・ミズノ共同事業体

①ランニングクリニック

【日　程】①10月28日　②11月12日　③11月26日　④12月10日
⑤12月16日　⑥ 1月14日　⑦ 1月28日　⑧ 2月 3日
⑨ 2月17日　⑩ 3月 9日　※11月26日以降途中からでも参加できます。
【時　間】14時30分～ 16時30分
【対象者】マラソン完走をめざす20歳以上（初心者大歓迎）
【受講料】1,000円／１回　※税込・傷害保険料含む

③フットコンディショニング ～オンラインレッスン～ （運動強度★☆☆☆）

【日　時】11月29日（水）　14時～ 15時
【対象者】高校生以上　【費　用】500円
【講　師】アーバンウェルネスクラブスタジオインストラクター
磯川孝子 先生

②腸活ヨガ （運動強度★☆☆☆）

【日　時】11月26日（日）　14時～ 15時
【対象者】高校生以上
【費　用】500円
【講　師】アーバンウェルネスクラブエルグスタジオインストラクター
asami 先生

④ミズノ流 忍者学校

【日　時】12月３日（日）
10時30分～ 12時　未就学児
13時30分～ 15時　小学１年生～３年生
【対象者】未就学児～小学生
【定　員】各20名
【費　用】1,000円

お電話でお申し込みください。