

終わると体がリラックス！
とても気持ちがいいですよ

令和4年度

追加募集

枇杷島スポーツセンター

棒びくす[®]教室

棒びくす 教室とは・・・

医師・研究者とともに開発された安全で効果的な楽しい関節機能改善プログラムです。
水よりも、自重をかけ、棒を使用することで、関節障害部位の負担を少しでも軽減し、
安心して効果的に運動できる教室です。

日程 11月25日、12月9日、12月23日

各金曜日 残り3回 10時30分～11時30分

対象・定員 一般 30名

費用 330円×残回数

申込方法 窓口 又は 電話にて申込

申込期限 定員にない次第締め切り



枇杷島スポーツセンター 〒451-0053 西区枇杷島一丁目1-2

TEL052-532-4121

FAX052-522-8520

【指定管理者】
(公財)名古屋市教育スポーツ協会
<http://www.nespa.or.jp/>



携帯サイト