

第49回 市民公開講座

フィットネス最新トレンド

『短時間高負荷トレーニング』 ～その理論と実際～



令和2年

日時

2月22日（土） 11:00～12:00

講師:フィットネスガーデン馬橋

支配人 健康運動指導士/介護福祉士 中村 太郎

参加費:500円(税込) 定員:40名(先着順)

会場:フィットネスガーデン馬橋 4F

申し込み方法:直接来館、もしくはお電話にてお申込みください

締切:2月20日(木) 17:00

持ち物等:運動ができる服装でお越しください



参加者特典

無料利用券+施設見学会
(希望者のみ)

無料券



※施設見学会は10:30から行います

フィットネスガーデン 馬橋 お申し込みお問い合わせ 047-712-1234

平日 9:30～23:00 土曜日 10:00～21:00 日曜・祝日 10:00～20:00 休館日 毎週月曜日・夏期休館・年末年始

後援:松戸市

公式ウェブサイト www.fg-mabashi.com

スマートフォンの方はこちら

