

平成31年度

愛媛県武道館

# 4月開催講座のご案内



【通年開催】

講座名	内容	曜日	時間	定員	予約	施設 利用料	受講料
トレーニング体験DAY	火曜日の午後、はじめての方対象に体力測定を無料で行ってまいります。その結果をもとにトレーニングカルテを作成し、体力向上へのトレーニング機器の使い方等をご指導いたします。	火	14:00~15:30	3	2日前までに	300円	無料
トレーニングサポート教室※	トレーニングの仕方や正しいフォームを指導し、効果的な方法をお教えます。 愛媛県武道館の指導員(トレーニング指導士等)が、サポートをいたします。	随時	約60分	なし	当日可	300円	1人 1,000

※ 予約制です。希望する日時をお電話または、愛媛県武道館トレーニング室のスタッフにご相談ください。受講希望の予約は随時受付しますが希望日時に先に予約が入っている場合や、武道館行事の関係でスタッフが対応できない場合は、受付できません。(先着順)  
詳細は、愛媛県武道館ホームページ等をご覧ください。

主催 公益財団法人 愛媛県スポーツ振興事業団

持参品 運動のできる服装、タオル、飲み物

お問合せ（申込み方法）

直接、お電話、メールで下記までお申し込みください

〒790-0948 愛媛県松山市市坪西町551番地

TEL 089-965-3111

FAX 089-965-3388

ホームページ

メール

愛媛県武道館

事業課

www.ehimekenbudoukan.or.jp

jigy@ehimekenbudoukan.or.jp

