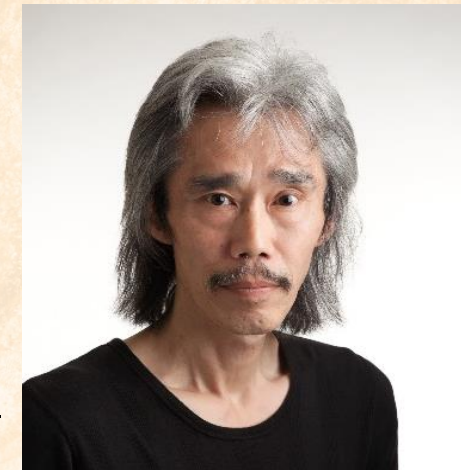


ゆる体操特別講座

<レフ筋トレとは？>

【実施要項】

- 日 時：2024年9月23日(月・祝)
14：00～15：30（15分前から受付開始）
- 場 所：TAC本館 5Fスタジオ
- 講 師：かすだ あきお
- 参加費：同好会会員 無料 会員外 300円
※正会員の方は入場料、準会員の方は時間外利用料
1,700円が別途発生いたします。
- 定 員：30名（参加費は当日集金します）
- 持ち物：動きやすい服装（靴下をご用意ください）・飲み物



講師：かすだ あきお

【お申込み】 9月2日(月)より申込み開始

・ Web：9:00～ ・ 窓口：9:30～ ・ 電話：13:00～

TACHP » <https://tac-net.info/>（QRコードまたはTACホームページ専用バナーよりログイン）

