第1期

リフレッシュ体操スクール
メンズエクササイズコース

in 京王アリーナTOKYO
（武蔵野の森総合スポーツプラザ）

男性限定の教室です。
全身をバランスよく動かし、筋力向上を目指します。

期　間　2025年5月13日（火）～8月26日（火）毎週火曜日
10時～11時30分
※ 6/24、7/29、8/5、8/12を除く　全12回

参加費　2,400円　※ 当日現金一括払い

持ち物　運動のできる服装・室内用シューズ・
ヨガマット（バスタオル可）

定　員　23名　※ 4/25（金）9時～先着順

申込み　公益社団法人調布市スポーツ協会
電話番号　042-481-6221

▲詳細はコチラ

運営協力　公益社団法人調布市スポーツ協会

リフレッシュ体操スクールとは？

日ごろ運動する機会が少ない方を対象に運動するきっかけを作るためのスクールです。
皆さんの運動習慣づくりの場となるようご利用ください。

【問合先】武蔵野の森総合スポーツプラザ　042-488-8607
※ 5月1日より施設名が「京王アリーナTOKYO」となります。