

(公益財団法人)富山市スポーツ協会

大山総合体育センター スポールおおやまクラブ



歩く力と脳を鍛えよう



スクエアステップ セミナー

開催日時： 第2・4木曜日 9:40~10:40

(全8回) 4月 9・23 日
5月 14・28 日
6月 11・25 日
7月 9・23 日

開催会場：大山総合体育センター
武道場

対象：一般

募集人員：20名

受講料：5,800円

講師

竹田 直美

スクエアステップとは？
スポーツ医学などの科学的
根拠に基づいて開発された
あらゆる年齢層に適した楽し
い歩行エクササイズです。

申込方法

3月5日(木)から31日(火)までに富山市スポーツ協会 HP、また
はお電話でお申込みください。

4月3日(金)までに応募者全員にご案内します。

富山市スポーツ協会 HP



(公財)富山市
スポーツ協会
LINE
公式アカウント



お問い合わせ
大山総合体育センター

富山市花崎386 (TEL) 076-483-0059