

# 2025年度 年間予定

本気で鍛えるなら！

ストロングネーション

# STRONG NATION®

日 程 月2回 土曜日

時 間 17:30～18:30

場 所 多目的ルーム

参加費 1,000円（1回） ※チケット制（一枚から購入可）

※開始時間までに体育館事務所でチケットを購入し、会場へ

**初めての方は 1回体験無料**

講 師 藤田 麻子 先生

持 ち 物 室内シューズ、飲料水、タオル など

注：日程変更となる場合がございます。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
①	4月 5日	5月 10日	6月 14日	7月 12日	8月 23日	9月 13日
②	19日	24日	21日	19日	30日	20日

	10月	11月	12月	1月	2月	3月
①	10月 4日	11月 1日	12月 6日	1月 10日	2月 7日	3月 7日
②	11日	15日	20日	24日	21日	21日

※チケットの「返金」はいたしません。

※予約制ではありませんので、受講人数過多により受講できない場合がございます。ご了承ください。

問合せ： 高岡公園体育館

0565(54)0601

指定管理者 ホームックス株式会社