

フレッシュアップ体操



体力に自信がない方も安心
健康を感じる身体を手に入れよう!



様々なツールを使用して運動
運動ツールを使ってリフレッシュ!



体験からの入会もOK
※お一人様1回限り(700円)



生徒募集中! 16歳以上からご参加頂けます。

スクールの詳細

クラス名	時間	曜日	受講料 (税込)	対象	定員 (先着順)
フレッシュアップ 体操	9:45 ~ 10:45	木 曜日	2,800円/期	16歳以上	30名

はじめてご利用の方へ

持ち物

動きやすい服装・タオル
水分補給飲料など

講師

佐野 邦子 氏
(NPO法人リズム体操研究会)

場所

Asueアリーナ大阪 柔道場
(大阪市中心体育館)

大阪市港区田中3-1-40
Osaka Metro中央線「朝潮橋」駅2号A出口
徒歩3分

❗日程は裏面スケジュールをご確認ください

お問合せ・お申込みはこちらから!

※申込時に提供いただく個人情報は、厳重に管理しますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する場合がありますので、予めご了承ください。



▼Asueアリーナ大阪のスクール情報はここから!
yahataya-park.jp/osaka_arena/sports_school/index.html

Asueアリーナ大阪 スクール



06-6576-0800

FAX: 06-6576-0080

受付時間

9:00~20:00

■主催: スポーツパーク八幡屋活性化グループ、企画運営: 一般財団法人 大阪スポーツみどり財団
協力: ミズノスポーツスクール

■スポーツパーク八幡屋活性化グループは、(一財)大阪スポーツみどり財団、(株)CSPAウエルネス、ミズノ(株)、イオンディライト(株)、(株)加藤商会で構成される指定管理者です。

開催日程表

令和5年度 フレッシュアップ体操

	初回(受講料納付)	2回目	3回目	4回目
第1期	4 / 13	4 / 20	4 / 27	5 / 11
第2期	5 / 18	5 / 25	6 / 1	6 / 8
第3期	6 / 22	6 / 29	7 / 6	7 / 13
第4期	7 / 20	8 / 3	8 / 10	8 / 24
第5期	8 / 31	9 / 14	9 / 21	9 / 28
第6期	10 / 5	10 / 12	10 / 26	11 / 2
第7期	11 / 9	11 / 16	11 / 30	12 / 7
第8期	12 / 21	1 / 11	1 / 18	1 / 25
第9期	2 / 1	2 / 8	2 / 22	2 / 29
第10期	3 / 7	3 / 14	3 / 21	3 / 28

※受講料は初回目までにお支払いください。

※都合により日程を変更する場合があります。その際は、事前にご案内いたします。



ここから、はじめよう。
八幡屋スポーツパークセンター