

Twin Pole®

ツインポール



2本のポールを使って綺麗に歩くためのエクササイズです♪

『歩くためのウォーミングアップ』

『歩くための体幹トレーニング』

『綺麗に歩くためのトレーニング』

通常とは違ったトレーニングを体感できます！

開催日時：平成30年2月 7日(水) 13:00~13:45
平成30年2月22日(木) 14:00~14:45

実施場所：志段味スポーツランド 屋外敷地内

定員：各10名 ※先着順となります

対象：一般(中学生以上)

費用：500円 ※独自券還元ポイント使用可能

持ち物：運動できる服装、タオル、補給水、屋外シューズ

申込方法：1月26日(金) 9:00~ 電話または受付窓口まで

問い合わせ：志段味スポーツランド ☎052-736-3766



志段味スポーツランド
指定管理者 (株)JPN