

2026年6月からスタート

中田温水プール フィットネススクール

簡単筋力トレーニング

金曜日 11:15~12:00

マシンを使わず簡単に出来るトレーニングを
参加の皆様のコンディションに合わせて行います
トレーニングがはじめての方も大歓迎!
一緒に筋力や体力の低下の心配を無くしましょう!

場所：中田温水プール 2階トレーニング室

開催日：別紙カレンダーをご確認ください

受講料：3,600円(月4回)

持ち物：動きやすい服装、室内用シューズ

水分補給の飲み物

お問合せ・お申し込みは中田温水プールIF受付まで！

仙台市中田温水プール ☎022-306-5971