

大人の ボールエクササイズ

オプティマルヘルス&ビューティ
(最善の健康と美を手に入れてみよう)

定員:20名

準備、整理体操は
ゆる体操をします!

高校生相当以上

講師 紹介

阿部 理 (愛称 ダイナソー・サム)

バスケの元日本代表&NBAチャレンジャーであり、
40年以上毎日ボールと触れ合う生活を送っています。
また選手生活を送るにあたり数々の怪我や病気を克服してきた
リアルサバイバーでもあります。
一緒にボールに触れて楽しみましょう!



開催情報

3月29日(水) 10:40~11:40
宮城広瀬総合運動場 体育館

参加料

1,000円
(税込)

申込方法

3月14日(火) 14:00~ 電話又は体育館窓口にて

持ち物

動きやすい服装・上履き・飲み物・タオルなど

仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬
〒989-3124 仙台市青葉区上愛子字松原39-1
TEL:022-392-5340

【主催】TM共同事業体

(株式会社東京アスレティッククラブ/三菱電機ビルソリューションズ株式会社)

【共催】一般社団法人Enableスポーツクラブ

<アクセスマップ>

