

令和7年度第1回トレーニング教室

やさしい筋力アップトレーニングで、
体幹のバランスを整えましょう。(トレーニングマシンは使いません。)

日時 令和7年4月8日～8月5日(火曜日 全15回)
午後1時30分から3時まで

場所 台東区立産業研修センター3階

募集人数 台東区内在住・在勤の方 20名(抽選)

参加費 5,000円 ※初日に集金します。

申込方法 往復はかきに住所・氏名・年代・
電話番号(昼間)在勤の方は勤務先名・
所在地を記入

問合せ・申込先

台東区立産業研修センター
電話3872-6780
〒111-0023
台東区橋場1-36-2

締め切り 3月14日(金)



交通案内

- ◆(都営・メトロ・東武)浅草駅より
 - 「北めぐりん」バス停「①浅草駅」より乗車
 - 「⑦橋場老人福祉館西」下車徒歩3分
- ◆(メトロ)三ノ輪駅より
 - 「ぐる-りめぐりん」バス停「⑥三ノ輪駅」より乗車
 - 「⑬橋場一丁目」下車徒歩3分

