

令和6年度第2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 10月1日～令和7年2月18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 4,000円 ※初日に集金します。
申込方法 往復はがきに住所・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 9月10日(火)



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
 - 「ぐるーりめぐりん」バス停「⑥三ノ輪駅」
より乗車
「⑬橋場一丁目」下車徒歩3分

