

令和8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 4月7日～7月28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 往復はがきに、第1回トレーニング教室・住所・氏名(ふりがな)・年代・電話番号(昼間)、在勤の方は勤務先名・住所を記入して、下記へ郵送
- 締め切り 3月17日(火)【必着】
- 問合せ・申込先
台東区立産業研修センター
〒111-0023
台東区橋場1-36-2
電話3872-6780



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

