

パワートレーニング -POWER TRAINING-

トップアスリートのために作られたトレーニング施設を夜間限定で一般開放



2015年5月12日START
毎週火曜日 18:00-20:30

筋力アップ

メタボ予防

定員20名

1,000円/回

週に1度の本格トレーニング

フリーウエイト用ラック,各種トレーニングマシン,
その他トレーニング用品完備.

トレーニングメニュー作成

筋力増強,健康増進など目的に合わせて
メニューの作成,アドバイスを実施します.

トレーニングサポート

フリーウエイトの補助,フォームチェック等の
サポートを実施します.

初回お申し込みはこちらまで

自転車の国

サイクルスポーツセンター

TEL: 0558-79-0004

MAIL: cscshinkou@csc.or.jp