

2026年度 年間予定

本気で鍛えるなら！

ストロングネーション

STRONG NATION®

日 程 月2回 土曜日

時 間 17:30～18:30

場 所 多目的ルーム

参加費 6回 4,800円 〈3か月コース(期間内に申込)〉

もしくは

1回 1,000円 〈単発チケット(1枚から購入可)〉

初めての方は 1回体験無料

講 師 藤田 麻子 先生

持 ち 物 室内シューズ、飲料水、タオル など

	第1期			第2期		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月
①	4月 11日	5月 9日	6月 13日	7月 11日	8月 1日	9月 12日
②	25日	23日	27日	25日	22日	19日

	第3期			第4期		
	10月	11月	12月	1月	2月	3月
①	10月 10日	11月 14日	12月 5日	1月 9日	2月 6日	3月 20日
②	31日	28日	19日	23日	20日	27日

※上記日程は変更となる場合があります。

※お客様都合によるコース・チケットの「返金」はいたしません。

※定員に達し次第受付を終了します。ご了承ください。

問合せ： 高岡公園体育館

0565(54)0601

指定管理者 ホームックス株式会社