

フレッシュアップ体操



体力に自信がない方も安心
健康を感じる身体を手に入れよう!



様々なツールを使用して運動
運動ツールを使ってリフレッシュ!



体験からの入会もOK
※お一人様1回限り(800円)



生徒募集中! 16歳以上からご参加頂けます。

スクールの詳細

クラス名	時間	曜日	受講料 (税込)	対象	定員 (先着順)
フレッシュアップ体操	9:45 ~ 10:45	木曜日	3,200円/期	16歳以上	30名

はじめてご利用の方へ

持ち物

動きやすい服装・タオル
水分補給飲料など

講師

佐野 邦子 氏
(NPO法人リズム体操研究会)

場所

Asueアリーナ大阪 柔道場
(大阪市中央体育館)

大阪市港区田中3-1-40
Osaka Metro中央線「朝潮橋」駅2号A出口
徒歩3分

! 日程は裏面スケジュールをご確認ください

お問合せ・お申込みはこちらから!

※申込時に提供いただく個人情報は、厳重に管理しますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する場合がありますので、予めご了承ください。



06-6576-0800

FAX: 06-6576-0080

受付時間

9:00~20:00



▼Asueアリーナ大阪のスクール情報はここから!
yahataya-park.jp/osaka_arena/sports_school/index.html

Asueアリーナ大阪 スクール



■主催: スポーツパーク八幡屋活性化グループ、企画運営: 一般財団法人 大阪スポーツみどり財団
協力: ミズノスポーツスクール

■スポーツパーク八幡屋活性化グループは、(一財)大阪スポーツみどり財団、(株)COSPAAウェルネス、ミズノ(株)、イオンディライト(株)、(株)加藤商会で構成される指定管理者です。

開催日程表

令和7年度 フレッシュアップ体操

	初回(受講料納付)	2回目	3回目	4回目
第1期	4/3	4/10	4/17	4/24
第2期	5/8	5/15	5/22	5/29
第3期	6/5	6/12	6/26	7/3
第4期	7/10	7/17	7/24	8/7
第5期	8/14	8/21	8/28	9/25
第6期	10/2	10/9	10/16	10/23
第7期	11/6	11/13	11/20	11/27
第8期	12/4	12/11	12/18	12/25
第9期	1/8	1/15	1/22	1/29
第10期	2/5	2/12	2/19	2/26
第11期	3/5	3/12	3/19	3/26

※受講料は初回目までにお支払いください。

※都合により日程を変更する場合があります。その際は、事前にご案内いたします。



ここから、はじめよう。
八幡屋スポーツパークセンター