

気軽に筋トレ講座

2025

令和7年 1/17(金)開講

【実施日】

1/17・1/24・1/31・2/7・2/14・2/21
(毎週金曜日・全6回)

【時間】

19:00～20:00

●講師 梯 誠剛 氏

〔日本スポーツ協会アスレティックトレーナー〕
健康運動指導士

●会場 田主丸保健センター 1階多目的室 (田主丸町田主丸459-11)

●定員 20名 ※申込多数の場合抽選

(お申込みの方全員にメールもしくは電話にて通知いたします)

●対象 18歳以上

●受講料 無料

●携行品 タオル、水分補給用飲料、動きやすい服装で



申込締切
1/6(月)
17時まで



☞ お申し込みは
こちらから

一時保育承ります(無料)

- ・生後6ヶ月～就学前まで
- ・講座申込時に受付(定員5名)

【申込先】田主丸総合支所 文化スポーツ課

住所：久留米市田主丸町田主丸459-11

電話：0943-74-4000 FAX：0943-73-4030

窓口・電話(9時～17時、土日祝除く)FAX・電子申請(24時間受付)



☞ 田主丸総合支所文化スポーツ課の
お知らせ(講座など)はこちらから



切り取り
「筋トレ講座」



ふりがな 氏名	連絡先 — —	一時保育 有・無
住所 〒 —	メールアドレス	