スポーツと武道の
総合武道場 有朋館

トレーニングジム

TRAINING GYM

トレーニングジムで体力強化！
主にジムマシーンを活用します。
各人別のトレーニングメニューで目標を決め、弱点を強化します。
運動適正テストで全国体力年齢別平均と比べ、平均以上の人はさらに高い目標を目指しましょう。
メニューは担当者（体育協会体力測定員）と相談して決めます。
会員になれば、練習日でなくても道場が開いている日であれば、自主トレのために自由に利用できます。

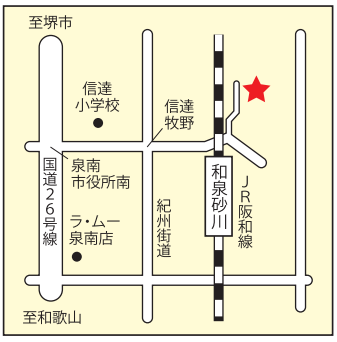
稽古日	常時開放
入会金	3,000円（初回の講習料含む）
月会費	大人：3,000円 / 学生：2,500円
指導員	林光一

★ お問い合せは ★

スポーツと武道の
総合武道場 有朋館

090-9888-0474

〒590-0522 大阪府泉南市信達牧野178

yuhokan2007@ybb.ne.jp

ゆうほうかん 検索