

「チャレンジデー2016」当日プログラム企画書

団体等名	GOPPO ええぞなクラブ		
プログラム名	コアトレーニング		
プログラムの内容	<p>体をゆっくり動かし無理なく体幹を鍛えます。</p> <p>高齢者の方に人気のプログラムです。</p>		
実施時間帯	10時～11時		
実施場所	GOPPO ええぞなクラブ クラブハウス		
参加人数	20 人	事前申込	不要
参加対象者	※年齢制限等あれば記入してください。		
申込方法			
参加費用	無料		
問合せ先	名称 GOPPO ええぞなクラブ 電話 090-3175-6144		
特記事項	シューズ各自持参		