

トランポ・ロビックス体験会

トランポ・ロビックスとは？

- ✓ ミニトランポリンを使った有酸素運動
- ✓ いつでも・どこでも・だれでもできる♪
- ✓ 足腰の負担を軽減しながら運動効果は抜群！

参加費
300
円

日時 2025年**11**月**9**日 日

時間 10:30～11:30

場所 神戸市立中央体育館 1階 第1体育室

対象 18歳以上

持ち物 運動のできる服装、上靴、
飲み物、タオル



トランポ・ロビックス協会
および女性委員会のHPに
写真を掲載させていただく
場合がございます



お申し込み・お問い合わせはこちら



お申し込みは左のQRから！ ※お申し込み期間は10/1～10/20

講師：兵庫県トランポ・ロビックス協会
主催：神戸総合型地域スポーツクラブ 全市連絡協議会 女性委員会
お問い合わせ：神戸総合型地域スポーツクラブ 全市連絡協議会
神戸市立中央体育館 ☎078-341-7971