

トレインパーク白山

トレパー 講座

TRAIN PARK SCHOOL

トレインパーク白山で
多岐にわたる講座を開催いたします
新幹線の走行や雄大な霊峰白山を望める
絶好のロケーションで
知識を広げてみませんか？

会場 トレインパーク白山5階
内容により屋外も使用いたします

資格 どなたでも参加できます
※大人向けの内容です

受講費 各
500円/1名 | 定員 10名



第1回 5月14日(木) 9:30~

やさしいヨガ

お天気が良ければ屋外デッキで
白山と新幹線の走行を見ながら心と体を
整えましょう

第2回 6月15日(月) 9:30~

バランスボール入門

膝・腰が気になる方
痛みを気にせず運動できる方法
体験してみませんか

ご参加には

- ・運動しやすい服装でお越しく下さい
- ・水分補給用お飲み物・汗拭きタオルを
ご持参ください