

夏の教室追加募集中



夏季エアロビックダンスA2日程

施設名	曜日	日程	時間
木曽川体育館	火	8月21・28日	18:30~ 19:30
		9月4・11日	

一宮市総合体育館・尾西スポーツセンター・木曽川体育館では第2期カルチャー教室がたいま好評開講中です。今回は木曽川体育館にて開講中のエアロビックダンスの紹介をします。POPミュージックに乗って楽しく体を動かし、代謝を高めることが出来ます。また初心者の方やダイエットを始めようと考えている方にも気軽に参加できる教室になります。この夏に新しいことにチャレンジしたい方は是非ご参加ください。

**音楽に合わせてノリノリ♪
エアロビックダンスのご紹介**

ハマダスポーツ新聞

一宮市体育館施設等指定管理者
ハマダスポーツ企画株式会社

2018年(平成30年)

8月号

一宮市総合体育館
尾西スポーツセンター
木曽川体育館
木曽川老人福祉センター



特集

木曽川体育館 頑張るウーマン



今月の頑張るウーマンは武仲由理子さんです。昨年の秋から木曽川体育館にご両親と一緒に週2回のペースでトレニング室をご利用されています。武仲さんは12歳と9歳の娘さんから「お母さん、お尻と背中が肉が凄いよ」と言われて危機感を感じ、トレニングを始めた。ランニングマシンに乗り、汗を流しているところが印象的でした。今後の目標はご両親と仲良くトレニングを続けたいと笑顔でインタビューに答えてくれました。これからも皆様楽しく運動を続けていくためにスタッフ一同サポートさせていただきます。

【尾西スポーツセンター・木曽川体育館】 最新トレニング器具を導入!



S-DRIVE



S-FORCE



レッグエクステンション・カール



ハイブリッドサイクル

尾西スポーツセンター、木曽川体育館では最新のトレニング器具を導入しました。尾西スポーツセンターでは、S・FORCE、ハイブリッドサイクル2台を導入し、木曽川体育館では、S・DRIVE、レッグエクステンション・カール、ハイブリッドサイクルを導入しました。新しく入れ替わったマシンで気持ち良い汗を流してみたいかでしょうか。ウェブサイトのスタッフブログでも詳しく紹介しておりますので、是非ご覧ください。

**ウェブサイトも随時更新
是非ご覧ください**