

ランニングセッション ご案内

「キレイなフォームを作りたい...」「楽に走りたい...」
「一人では不安...」 走る事にお悩みをお持ちの方、
デビューに最適です。安心してご参加下さい！
楽に走るための準備運動や、安全に走れる
ストレッチを紹介します。是非一緒に走りましょう！
この時期は最高に気持ち良いですよ♪



当日は店舗のロッカールーム
をご利用頂けます。
お荷物を置いておけますので、
スタジオやプールをご利用前
に、是非ご参加ください！

※「気象庁」による天気予報が、
前日17時30分の時点で、翌
日開催時刻の降水確率「80%
以上」を予報した場合には中止
になります。中止のご連絡は
ティップネス町田店のホーム
ページのトップと館内掲示にて、
ご案内になります。

担当:本間 友里香

時間変更
しています！

着替えて、10:00にフロント集合。
芹が谷公園を走ります。

会員:無料

非会員:¥500

定員 15名

9月開催日程は8日・22日になります。
これからランニングをはじめてみたいとおもっている方
大歓迎！初級なので安心してご参加いただけます！
お申込・詳細はフロントまでお問い合わせ下さい。



フィットネスクラブ
ティップネス

掲出責任者 支配人

掲出期限 13, 9,30