

# 田村市運動公園 健康づくりプログラム



開催日：7月9日（土）

会場：田村市運動公園  
総合体育館 メインアリーナ

時間	運動プログラム内容	難度・強度	担当
10:45～11:45	ZUMBA®	★★	Eri
12:05～12:45	バランスコーディネーション40	★	Eri
13:10～14:10	ジョイントエアロビクス60	★★	Eri & 加藤
14:25～15:10	エアロビクスHi & Low45	★★	加藤

問合せ・申込方法（要事前申込）  
田村市運動公園（0247-82-0039）  
「7月9日のプログラムに参加したい」とお電話ください。※毎週月曜日休館

参加費用 全て参加しても  
500円 /日/人（税込）  
※1プログラムからでもご参加可能  
※入館時に参加費用を支払い



詳細はこちら

プログラム詳細・講師紹介は裏面へ

フィットネスに加え、エンターテイメント、文化等、様々な要素を融合させた、グローバルな  
ライフスタイルプログラムです。世界各国のリズムにのせて、楽しくエクササイズ！！

承認NO:19133



### ジョイントエアロビクス・エアロビクスHi & Low

福島県内にて活躍する人気インストラクターによる  
スペシャルエアロビクスダンスエクササイズ！！



### バランスコーディネーション

体の筋力バランスや骨格バランス、  
自律神経のバランスを整えるプログラム



### 運動プログラム 担当講師紹介



Eri (左)  
郡山、会津エリアのスポーツクラブ等にて  
活躍する人気インストラクター

加藤美智子 (右)  
郡山市、福島市などで活躍する  
インストラクター兼パーソナルトレーナー  
※2名ともに株式会社ルネサンス所属

会場：田村市運動公園 総合体育館  
住所：田村市船引町船引遠表400番地



- 問合せ：田村市運動公園 0247-82-0039 (月曜日休館)
- 準備物：動きやすい服装、内履き、タオル、水分、マスク
- 対象者：健康増進に取組みたい方 (定員：90名)

- ・更衣室は100円リターン式無料ロッカーをご利用頂けます
- ・当日、発熱等、体調不良の方のご参加は出来ません
- ・参加料のお支払いは当日、現金のみとなります
- ・参加者1名（中学生以上）につき小学生以下2名まで無料

※感染症が急拡大した場合、県外の方はお断りする可能性がございます  
主催：田村市運動公園内体育施設等指定管理者 フクシ・ルネサンスグループ

下記QRコードより田村市運動公園インスタグラム、もしくは  
スポーツクラブコムスピ（船引駅2階）公式LINEにご登録頂く  
と今後のイベント情報等を受け取れます。ぜひご登録ください。



運動公園  
インスタグラム

コムスピ公式  
LINE

感染症拡大の影響により急遽、中止となる可能性があります。  
中止の場合、田村市運動公園のホームページに告知いたします