

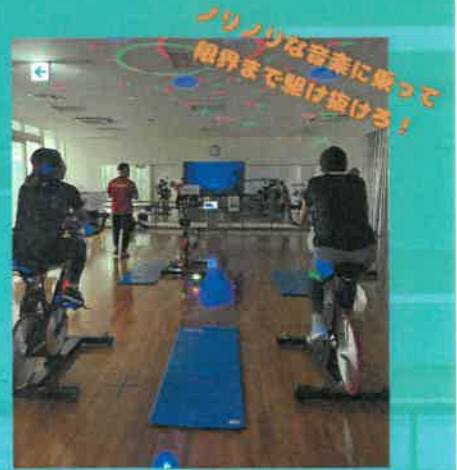
うるみんフィットネスセンター体験レッスン in うるま市福祉祭り

📍うるみん1階フィットネスセンター

無料体験
コーナー
開催

① 自転車フィットネス

- 【時間】 11:00~/12:00~ (全2回)
(受付時間は各回15分前)
- 【定員】 各回先着14名 (中学生以上)
- 【参加費】 無料
- 【持ち物】 室内シューズ・飲み物・タオル



② パワープレート

- 【時間】 10:00~15:00
- 【参加費】 無料



※年齢などによりご利用できない場合がございます

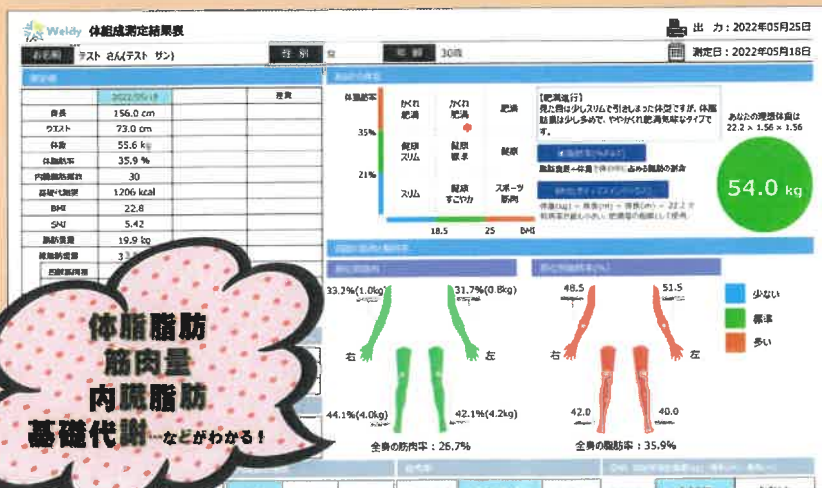
③ 体験測定会



お申し込み
はこちら!

☑️ カラダチェック してみませんか?

「最近太ってきたな」「運動不足で筋力が落ちたかも…」 ▼そんな方必見! ▼



体脂脂肪
筋肉量
内臓脂肪
基礎代謝
などがわかる!

