

トレーニング室をご利用の皆様へ

トレーニング室利用者に対して、財団指導員によるマシンの使用方法や正しいフォーム等のワンポイント指導及び江別パワーリフティング協会の専門指導員によるフリーウェイト指導を行います。

- 実施期間：令和6年4月1日（月）～令和7年3月31日（月）
- 実施時間・曜日：ワンポイント指導日カレンダーでご確認ください。
パワーリフティング協会：週2～3回【曜日不定】18：30～20：30
- 指導料：無料（個人使用料は別途必要です。）



check!!

気軽にお声がけください！



- 💡毎月の予定は、ワンポイント指導日カレンダーをご覧ください。トレーニング室内に掲示、HPに掲載しています！
- ※予定につきましては、変更になる場合があります。