

参加費無料!

現役自衛官による

- ・ 護身術教室
- ・ ボクササイズ教室
- ・ ダイエットプログラム教室



開催中!



日時：平日（16:00～19:00）
※所要時間15～30分程度

場所：彦根地域事務所

服装：自由

内容：ボクササイズ
軽易な護身術
簡単な筋力トレーニング法
ダイエットプログラム 等



なんでも質問してください!
いつでもお答えします!



防衛省自衛隊滋賀地方協力本部

彦根地域事務所

TEL：0749-26-0587

携帯：080-8305-8020

ポチっとしてね。



滋賀地本

検索

