

コースが終了した後も安心！運動習慣の定着に

# 健康サポート

個別コース・改善コース  
終了者の方対象

# 継続コース

ようやく運動に慣れてきたのにコースが終わってしまった…  
まだまだ継続して行いたい！  
そんな声にお応えして、トレーナーがサポートします！！



改善コースの日程に準じて  
開催します

個別プログラムサービス

【健サポ】継続コース日程表をご参照ください



各種コースにて作成した個別  
メニューを各自で実践します

フォームチェック等トレーナーが行います

## コース案内

時間	60分
料金	10回券：10,000円 1回券：1,100円 +フィットネスホール使用料250円
定員	各回5名まで

## 申込方法

予約制となっております。  
直接窓口又は電話でお問い合わせください。

公益財団法人 新潟県スポーツ協会  
新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター

025-287-8806

(担当：健康づくり)

〒950-0933

新潟市中央区清五郎67番地12 デンカビッグスワンスタジアム内

H P : <http://www.ken-supo.jp>

休館日：月曜日（祝祭日を除く）、年末年始