

イベント・セミナー

2018年 10月

TOYAMA
TOWN TREKKING SITE

#S

カラダの時間、ココチの空間。

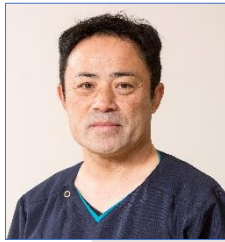
#S EVENT / SEMINAR

体育館の内外と連携しながら、専門家や企業とタイアップした、スペシャルイベントに、ぜひ参加してみませんか？

運動療法で健康な体に！
～体と筋肉の正しい動かし方～

10月20日(土) 13:30～14:30

運動パフォーマンスが向上しないことや傷害を起こす原因についてのお話をはじめ、正しい運動による健康維持・増進と運動療法についてお話いただきます。



講師：根塚 武 氏 根塚整形外科・スポーツクリニック 院長

定員：50名 * 定員になり次第締切
参加費：無料
会場：TTS (STUDIO)
申込方法：下記申込書にご記入の上、TTS店舗 (SHOP×RUNNER) へ直接お申込み下さい。

ピラティス&ウォーキング

10月21日(日) 初級 10:00～、中級 11:00～

これから初めたい方、より楽しみたい方に向け、池端忍さんへ講師にお迎えし、健康や美容により体幹の鍛え方や歩き方の基本を、楽しく、正しく教えていただきます。



講師：池端 忍 氏 モデル、ピラティスインストラクター
ウォーキングインストラクター

定員：各コース15名 * 定員になり次第締切
参加費：1,000円 (保険代込み) * TTS会員は無料
会場：TTS (富山市総合体育館内) STUDIO
申込方法：下記申込書にご記入の上、TTS店舗 (SHOP×RUNNER) へ直接お申込みください。

#S RUN / WALK

正しく走れていますか？ 正しく歩いていますか？ TTSプロスタッフが、たのしく、たたく、コツを教えます。お気軽にご参加ください。

ノルディック・ウォーキング教室

10月 7日(日) 10:00～11:30

10月 15日(月) 10:00～11:30

ランニング教室

10月 5日(金) 19:00～20:30

10月 19日(金) 19:00～20:30

参加費：1,000円
会場：環水公園
(SHOP×RUNNERから出発)
申込方法：TTS店舗 (SHOP×RUNNER) へ直接お申込み下さい。

#S CAFE / LUNCH

ココチよいカフェ空間で、専門家が、食、健康、運動に関する身近なテーマを取り上げ、わかりやすく教えてくれるひとときです。

もっと身近に果物を！

10月22日(月) 12:15～13:00

魚津市にて加積りんごを生産されている方にお話いただきます。



オリジナルスムージー
プレゼント！

定員：20名 参加費：無料
会場：STAND×TANITA CAFÉ
申込方法：申込書にご記入の上、TTS店舗 (STAND×TANITA CAFÉ) へ直接お申込みください。
講師：富居 芳弘 氏 富居幸一りんご園 代表

※運動の出来る服装でご来場下さい。店内にはロッカーもございます。

※有料駐車場：有 イベント参加者2時間無料 駐車場が混み合う場合もございますのでご了承下さい。

★イベントのお申込みは、下記申込書へご記入の上、TTS各店舗へ直接お持ちください。
定員になり次第、締め切らせていただきます。*参加希望イベント開催日に○をつけて下さい。

参加希望イベント開催日に○をつけて下さい。

キリトリ

TOYAMA
TOWN TREKKING SITE

申込欄

10/20 10/21(初・中) 10/22 イベント申込書

#S

氏名	性別	年齢	電話番号
ふりがな	男・女		

TOYAMA TOWN TREKKING SITE

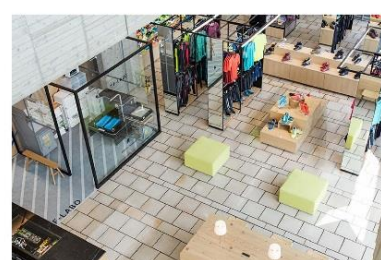
富岩運河環水公園となり、富山市総合体育館内にある「Toyama Town Trekking Site (TTS)」。
カフェ、スポーツショップ、スタジオを併設した複合施設です。閉じた体育館から、外につながる体育館を目指して。人とまちの健康づくりに必要な、時間だけじゃない、空間だけでもない、人間を育てる時間と空間。誰のものでもないあなただけのものを誰かと共有する「間」を、私たちは、ゆっくり創っていきます。



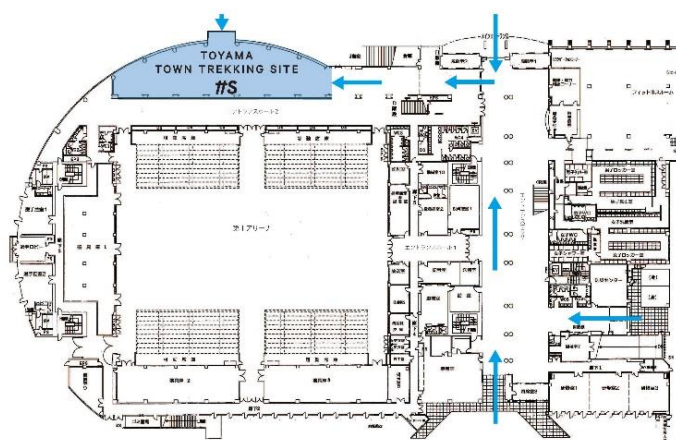
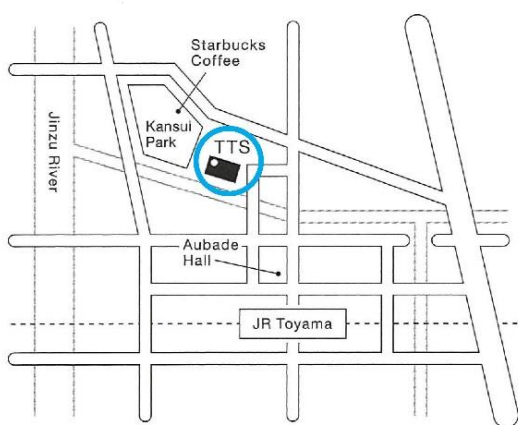
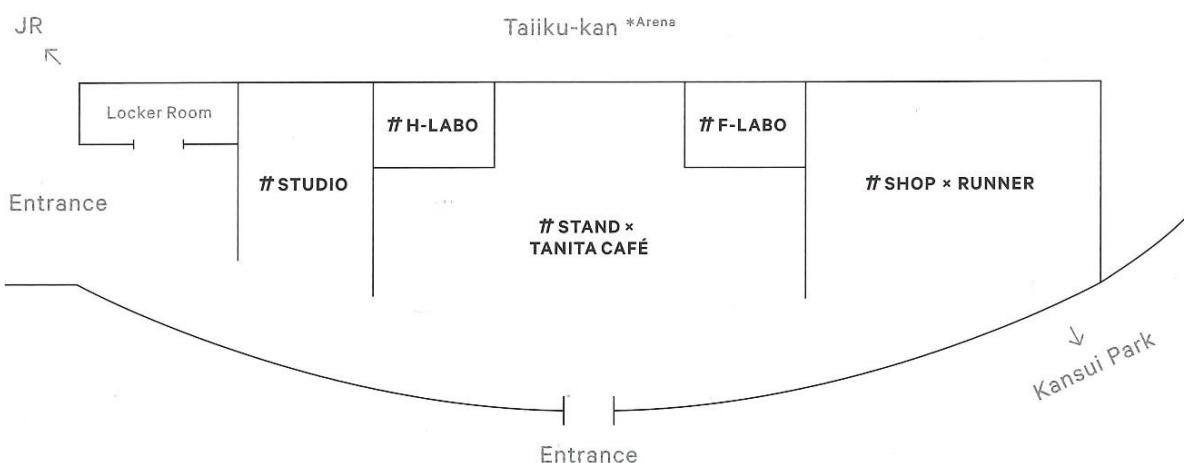
STUDIO



CAFE



SHOP



TTS (富山総合体育館内)