

2025年10月～スタート！

“期間限定”
特典あり

高校生以上
対象

無

ひなたフィットネス

料

ひなた宮崎県総合運動公園
inひなた武道館

体

験

会

8種目のプログラムが
体験できます！

フィットネス愛好家～
これから運動を始めた方にもオススメ！

【無料体験会】開催スケジュール

9月8日 月曜日	9月9日 火曜日	9月10日 水曜日	9月11日 木曜日	9月12日 金曜日
10:00～11:00	10:00～10:50	10:00～11:00	10:00～11:00	10:00～10:50
健康体操 清藤留美子	やさしいエアロ& 筋トレ＊ shibuya mizuki	姿勢キレイ (体幹トレーニング) 中村高典	リラックスヨガ 蔵本薫	ラテンエアロ&筋トレ＊ 池田抄祐里

9月29日 月曜日	火曜日	水曜日	9月25日 木曜日	9月26日 金曜日
19:30～20:30			19:00～20:00	19:30～20:20
ピラティス TAKAHIRO	休館		骨盤調整ヨガ 内田百香	ZUMBA®＊ 長嶺匠吾

無料体験について

【場所】

宮崎県総合運動公園 ひなた武道館

【定員】

各教室 30名（定員になり次第締め切り）

【持ち物】

運動できる服装 飲み物 タオル

＊のプログラムは室内シューズが必要

【その他】

期間中に回数券購入の方は特典あり！

ひなたフィットネスについて

プログラム参加チケットは、回数券のみとなります。
すべてのプログラムに参加できます。

【回数券の種類】

- ・5回券・・・4,000円
- ・10回券・・・8,000円
- ・10回券（継続割）・・・7,000円
（10回券を継続して購入される方対象）



特典

無料体験期間中に回数券購入された方へ
プログラム無料券プレゼント！

5回券・・・1枚
10回券・・・2枚

【申し込み方法】（申込期限 各教室の前日まで）

- ① 武道館受付にて直接お申込み
- ② 電話申込み 0985-58-5151
- ③ HP申込フォーム



～お問い合わせ先～

（公財）宮崎県スポーツ施設協会：0985-58-5151

