



＼試飲あり!!／

GOLD'S GYM トレーナーによる

プロテインセミナー

プロテインの役割や摂取方法などをわかりやすくお話しします！

プロテインを飲んだことがない方にも、愛飲されている方にもオススメのセミナーです♪



2026/3/1(Sun)



I部 10:00~10:45

日々をアクティブに!!
健康力＆美容力アップセミナー

どなたでも可
※推奨対象年齢
50歳以上

II部 11:00~11:45

トレーニング効果アップ!!
カラダづくりセミナー

どなたでも可
※推奨対象年齢
10歳代～40歳代

定員：各 20 名

場所：1階 第1会議室

料金：各部 500 円

※両方参加の場合は

I・II部で 800 円

お申込は

2月 9 日から

先着順です！

2階事務所または

お電話にて

神戸市立中央体育館
〒650-0017 神戸市中央区楠町4-1-1



078-341-7971

神戸市立
CHUOU
中 山 央
gymnasium
体育館