

3月20日(金)祝日特別イベント 『ベンチプレスセミナー』

Supported by **UNDER ARMOUR.**

- ◆開催日:3月20日(金)
- ◆時間:13時45分~15時30分
- ◆内容:ベンチプレスの重量アップを目指す方に向けたセミナー

【詳細】

- ・長谷川講師によるデモンストレーション
 - ・100kg拳上達成を目指すポイント説明
(フォーム、トレーニングプログラム等)
 - ・参加者の個々に合わせたベンチプレスの
パーソナル実技指導
- ※時間の都合上、参加者全員の指導ができない
場合がございますので予めご了承下さい。

◆講師:長谷川 直樹(はせがわ なおき)

◆定員:30名

◆場所:フィットネスエリア内 スタジオ

◆料金:無料

※別途、東京体育館フィットネスエリア施設利用料700円(税込)のお支払いが必要です。

◆参加条件:イベント参加のドレスコードとして、UNDER ARMOURの
ウェアを着用の上、ご参加ください。

◆受付申込:2月20日(金)9時~ ※お電話又はフロントにて予約受付

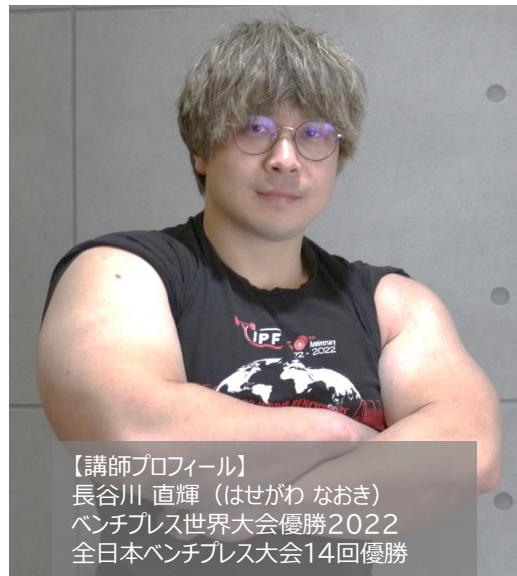
※本申込は、必ずフロントにて「申込同意書」のご記入が必要となります。

※キャンセルの場合は、必ず東京体育館ティップネスまでご連絡をお願いいたします。

東京体育館ティップネス連絡先
03-6380-4792



掲出期間 2026.2.20~3.20まで



【講師プロフィール】

長谷川 直輝 (はせがわ なおき)
ベンチプレス世界大会優勝2022
全日本ベンチプレス大会14回優勝