

# 元気アップ教室

～ 3 B体操で元気にロコモ予防！～



インストラクター  
高橋

4月	5月	6月
7・14・21・28	12・19・26	9・16・23

時間

13:30 ~ 14:30

火

料金

事前 6,500円/全10回

当日 750円/1回

定員

20名 60歳以上対象

場所

1階 武道場1

- ※室内用シューズをお持ちください
- ※教室開始後の返金は致しかねます
- ※急遽日程変更等がある場合がございます
- ※ご自身の体調管理のうえ、お申し込みください

【申し込み】  
受付窓口又は  
ネット予約→

