



健康体操のご案内

BODYFITNESS

「ボディフィットネス しまだ」

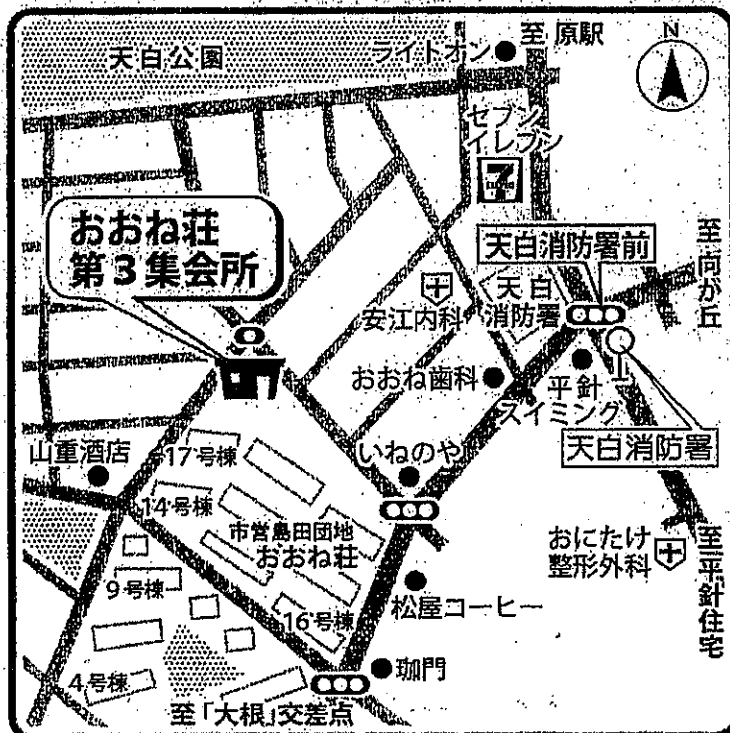
「楽しく」をキーワードにあなたのいきいきライフを応援します！

- ★日 時 毎月第1～4火曜日 午後1時30分～2時30分
- ★場 所 おおね荘第3集会所（天白区大根町おおね荘内）
- ★対 象 60歳以上の方
- ★参加費 1か月 1,200円
- ★講 師 愛知県健康づくりリーダー 板東 ひろみ 先生
- ★持 ち 物 フェイスタオル、水分（動きやすい服装でご参加ください。）

申込
不要

※自主グループなので参加に特に条件はありません。
※十分な健康管理の下、自己責任にてご参加ください。

〈会場案内図〉



〈お問い合わせ〉

社会福祉法人名古屋市社会福祉協議会
天白区東部いきいき支援センター分室

電話：052-808-5400

この「ボディフィットネス」は、自主的な活動ですが、天白区東部いきいき支援センターが協力しています。