

1か月間限定！

ご夫婦と一緒に 健康づくり 始めませんか？

シニア
健康エクササイズ

全5回

対象

60歳以上で
夫婦そろってご参加の方

お1人様の参加料が

無料！

お得から習慣へ！

奥様は通っているけど
旦那様は...まだ？

今がチャンス！

ご夫婦でお得に
始めてみませんか

参加の
メリット

- ☑ 夫婦で楽しく体を動かし、健康維持！
- ☑ 生活習慣病予防・体力アップが期待できる！
- ☑ 運動が苦手な方も安心のやさしいプログラム！

運動が久しぶりの方も

大歓迎！

.....
お気軽に
ご参加ください！

開催
期間

10/2 ● 10/9 ● 10/16
10/23 ● 10/30 ●