

いきいきシニアライフを応援します

エンジョイエクササイズ

1ヶ月

無料体験



健康寿命は
筋肉にあり！
筋トレと注目の
脳活性化プログラム
シナプソロジー



募集要項

日程：4/14・4/21・4/28（金）

時間：10:00～11:00

会場：蓮田バレエスタジオ 蓮田駅東口徒歩2分

講師：高瀬清美 介護予防運動指導員、スクエアステップ指導員
シナプソロジー普及会認定インストラクター

対象：シニア15名

受付：お申込みはお電話で 080-6726-4085

リ・ボーンはすだ
総合型地域スポーツクラブ
TEL080-6726-4085

後援：蓮田市教育委員会



キッズからシニアまで
オール世代で通える
身近なスポーツクラブ

Email: hasuda_sports_club@yahoo.co.jp

HP: rebornhasuda.com

<http://www.facebook.com/rebornhasuda>

<http://ameblo.jp/reborn-hasuda>

