

しんしん オンライン 健康体操

参加費
無料



お申し込みは
QRコードから

～月2回の体操習慣で健康づくり～

椅子に座っておこなう簡単な体操です。
コープのお店で、ご自宅で、地域の仲間と
お好きな場所でいっしょに続けよう体操習慣！

毎月 第2・第4 火曜

10:00～

10:30頃

第2火曜

2/14・3/14・4/11・5/9

第4火曜

1/24・2/28・3/28・4/25・5/23

開催店舗

垂水区：コープ垂水 コープ福田 コープ高丸
 コープ桃山台 コープ新多聞
西区：コープ西神 コープ桜が丘
 コープデイズ神戸西

店舗ごとに開催場所・参加定員が異なります。
お問い合わせは各店舗のサービスコーナーまで。

ご自宅から

お好きな場所から

地域の集会室や施設、会社、学校などオンライン設備があれば、
どの場所からでも体操に参加できます。
オンラインの設定等のご相談はコープこうべ第5地区本部まで

お問い合わせ コープこうべ 第5地区本部 (078)704-5701



しんしんスポーツ・KOBЕのみなさん