



より健康に！より幸せに！

さんびー

3B体操 会員募集中

～ 新しい自分にチャレンジ！ 今この瞬間がはじめ時 ～

- 〈レッスン日〉 毎月第2・4金曜日
- 〈会場〉 コープ朝霧 集会室
- 〈対象者〉 どなたでも参加していただけます！
- 〈持ち物〉 タオル・水分・上靴
(動きやすい服装でおいでください)



- ★運動が苦手でも大丈夫！
- ★無理なく楽しく体作り！
- ★筋トシ・脳トシ・リフレッシュ！
- ★健康寿命を延ばしましょう！

ホームページ

<https://www.nihon3btaisoukyoukai.jp>

3B体操

検索



コープサークル「わくわく3B体操サークル」の
メンバー募集です

お問い合わせは第6地区本部まで

TEL 078-935-7180 (月～金 9:30～17:00)