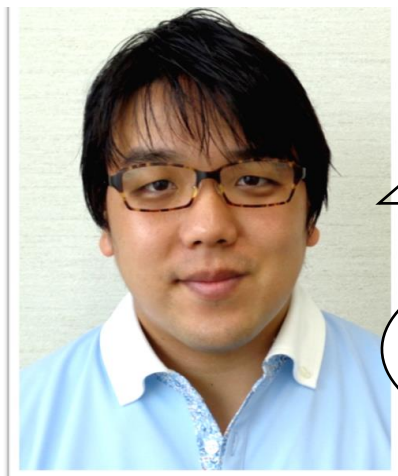


# 金 Yo.フィットネス

4月 5月は、老健 千の星・よこはま から  
できなくてあたいまえ体操



子供の頃はサッカーと陸上をしてました。

マラソン大好きです。  
一緒に体操しましょう



千の星・よこはま  
内田真二 講師  
認トレインストラクター

千の星・よこはま  
佃駿佑 講師  
生涯スポーツ学科卒業

4月28日 (金) 14:00~15:00

5月26日 (金) 14:00~15:00

**2階多目的ホール (舞岡柏尾地域ケアフラザ)**  
**動きやすい靴と服装でお越しください。**  
**持ち物：水分, 汗拭きタオル**  
**参加費無料 お申込みください**

お申し込み

舞岡柏尾地域ケアフラザ 045-827-0371