

7月

ゆったり せるふ・けあ

体をほぐして正しい姿勢に!!

自分の体と向き合い、頑張っている体をほぐしていきませんか？

凝りをほぐし、弱いところを鍛えることで、骨や関節を正しい位置に戻し、**自然体で健康的に動ける体を目指しましょう!!**

記

開催日時 令和7年 7月 3日(木)・7月10日(木)

7月17日(木)・7月24日(木)

コース①13:00~13:50 / コース②14:00~14:50

場所 吹田市立武道館 第二武道室

参加資格 概ね 50歳以上

定員 各 15名（先着）

受付期間 ~ 7月 3日(木)当日まで

※9時30分~20時30分まで

申込方法 武道館受付・電話 どちらでも可

TEL (06)6877-6211

参加費 各コース 全4回 1,600円

※お申し込み後、お客様のご都合によってキャンセルされた

場合、返金対応は致しかねます。

持ち物 タオル・飲み物・動きやすい服装・五指靴下で。

主催 吹田市体育協会・ミズノグループ

