

# サークル活動紹介シート

## 団体名

ハッピーファミリーグループ  
健康・体力づくり運動教室

## ジャンル

運動

## 活動日時

毎週 火・水曜日  
10:00 ~ 11:30

## 見学

可・不可

## 活動内容

私たちの体は正しく手をかけてあげることで必ず元気に、  
素敵に変わっていきます。

他人との比較ではなく、自分自身の体と心しっかり向き合い  
意識してきれいな、元気な体をゲットしましょう！

血液の循環を良くし、肩こり、膝痛、腰痛の改善・余分な脂肪  
を燃やし、引きしまった美ボディ。

そしてなにより気分転換、リフレッシュする大切な自分の時間  
を作ってください。コツコツと続けて大きな力を付けましょう。  
どなたにでもできる気持ちいい、楽しい運動教室です。

詳しくはホームページをご覧ください。「ハッピーファミリーグループ」で検索

## ご連絡先

担当者名

イケバタ ヒロコ  
池端 裕子

(ハッピーファミリーグループ)

TEL : 06-7503-4060

E-mail : ikebata@happyhiro.jp

## 活動写真



吹田市立 千里丘市民センター

指定管理者：大阪ガスビジネスクリエイト(株)