

サークル活動紹介シート

活動写真



団体名

三井島体育学研究会
整美体操西山田教室

ジャンル

健康

活動日時

毎週金曜日 午前

見学

可 不可

活動内容

50～70才代を中心に”継続は力なり”をモットーに、
毎週一回金曜日に実践しています。
あらゆる筋肉をバランス良く鍛え、身体の歪みを矯正します。
体育学の見地から研究、考案された、とても秀れた体操です。
仲間と共にいい汗流しませんか？
そして楽しみながら健康寿命を延ばしませんか？
老若男女問いません。
身体のどこかに不安をかかえている方でも大丈夫！
まずは、体験して下さい。
ご希望の方大歓迎です。下記へお電話下さい。



ご連絡先

担当者名
久保 ともみ TEL 090-7113-9498



吹田市立 山田ふれあい文化センター

指定管理者：大阪ガスビジネスクリエイト・国際ライフパートナー共同事業体