

脳も 心も からだも健康に

会員
募集中

3B体操

80代の女性も
がんばっています

会員さんのお声より

- ・四十肩が よくなりました
- ・杖なしで 歩けるようになりました
- ・糖尿病のコントロールができています
- ・楽しい! 初めてでも自分のペースでできます

《毎週水曜》 (水曜以外もご案内です。ご相談ください)

♥ アミュゼ柏 10時～11時半 和室 2

♥ パレット柏 13時～14時半 多目的 B

お問い合わせ

永田 (公益社団法人 日本3B体操協会 公認指導士)

tel: 080-3093-1655