

楽しく学んで、元気な体を目指しませんか？



介護予防ニコニコ体操教室

参加料
3,000円

今日から始める！健康寿命を延ばす秘訣

日程 8/21(木)・8/28(木)・9/4(木)・9/11(木)

時間 10:00～11:30

場所 NCVふくしまアリーナ

住所 福島市霞町4-45

定員 30名

対象 60歳以上

講師 YAGOメディカル
フィットネス指導員

- ・動きやすい服装でお越しください
- ・簡単な運動を行うため、タオルと飲み物をご持参ください

お申込み

公益財団法人
福島市スポーツ振興公社

 024-503-0457

申込期間 2025年7月21日(月)～7月23日(水)



お申込みはこちらから



- ・ご来館によるお申込みも受け付けております。