

コンディショニング トレーニング

～動きやすく いきいきとした からだづくり～

筋トレ ストレッチ
リズム体操 脳トレ



場所：多目的室（保健医療センター2階）

★ 料金 500円 ★ 1回 60分 ★ 予約制

開催時間 \ 曜日	月	火	水	木	金
9:00～10:00	○	○			○
10:30～11:30	○	○	○		○
13:20～14:20				○	
14:50～15:50				○	

申込手续が必要です。お電話または来所にてお問い合わせください。

公益財団法人藤沢市保健医療財団

保健事業課

電話

0466-88-7311

FAX: 0466-86-6065

〒251-0861 藤沢市大庭5527-1 保健医療センター3階（受付平日 9:00～17:00）