



# 運動不足が気になる方へ 健康づくり教室



体験申込  
受付中

なんと  
2ヶ月8回  
3,520円  
(税込)  
6月からスタート

「船橋健康都市宣言」

船橋にお住い市民の皆様が、スポーツ・運動に携われる場をご提供いたします。

教室名	体験日	曜日	時間	
①骨盤底筋群コアトレ	5/18.5/25	月曜日	13:10-13:55	体験料は それぞれ 550円税込
②カラフィット	5/18.5/25	月曜日	14:10-14:55	
③機能改善教室1	5/19.5/26	火曜日	13:10-13:55	
④機能改善教室2	5/19.5/26	火曜日	14:10-14:55	
⑤やさしいピラティス	5/20.5/27	水曜日	9:45-10:30	
⑥はじめてダンス	5/20.5/27	水曜日	11:10-11:55	
⑦すこやか楽トレ	5/22.5/29	金曜日	9:30-10:15	
⑧シンプルエアロ	5/22.5/29	金曜日	11:10-11:55	
⑨ディスコワールド	5/22.5/29	金曜日	12:10-12:55	

船橋市武道センターにご来館もしくは、  
お電話でお申込みください。

☎047-422-0122

船橋市武道センターHP

www.funabashi-budo.com

公式ホームページはこちら

