



特定非営利活動法人 津久井福祉会
ほのぼのサービスセンター

ほのぼの 体操教室

地域の皆様の健康を願って、ほのぼのサービスセンターでは
どなたでもご参加いただける健康体操教室を行っております！



トレーニングマシンを
使った軽負荷量運動



まずは体験！
お電話お待ちしております！



ピラティス手法の
ストレッチ&自重運動

月謝 お試し初月無料	送迎有り <small>※送迎できない地域もありますので、お問い合わせください！</small>	7,000 円 税込み
	送迎無し	5,000 円 税込み
実施日時	1ヶ月何回でもレッスンが受けられます！ 毎週月～金 (水曜午後と土・日休み) 祝日は休まず実施致します	午前の部 10：00～11：00
		午後の部 16：00～17：00
場所	相模原市緑区中野 277-2 ほのぼのサービスセンター内 地域交流室	<p>津久井湖 ←三ヶ木 相模原赤十字病院 ココ 橋本→</p>

お試し初月無料キャンペーン実施中！

お試しいただいたその月はなんとまるまる無料！じっくりと体験してから、レッスンを継続されるかお決めいただけます。お気軽に下記へご連絡ください！

ご予約・お問い合わせは **042-780-7977** 9:00～17:00