

主催 奥アンツーカ株式会社
後援 豊中市
令和7年度 第1期（4-5月）



身体を動かして気分をリフレッシュ！

健康は未来への投資

さあ、はじめよう！



椅子で楽しむ ユニバーサルフィットネス 教室

令和7年4月14日～5月26日

（5月5日除く）

場所： グリーンスポーツセンター みつぼの花

料金： ￥3,600（1回／￥600）全6回

曜日： 月曜日

時間： 11：15～12：15（60分）

対象： 男女問わず 10名 車いす可（付き添い同伴）

申込： 令和7年3月24日（月）

11時～来場受付 先着順

講師 川北昭子 先生

日本ルーシーダットン普及連盟所属
KICKOUT格闘技エクササイズインストラクター
ムエダイエットインストラクター
ダイエット検定一級
経絡ツボヨガインストラクター
シニアヨガインストラクター
パーソナルトレーナー



お問い合わせ先

グリーンスポーツセンター

〒561-0824

豊中市大島町3-9-2-1

TEL：06-6398-7391

阪急神戸線

「神崎川」駅

北西へ約1,000メートル

無料駐車場有



<https://oku-toyonaka.jp/> [豊中市屋外体育施設](#) [検索](#)

豊中市屋外体育施設 指定管理者
OKU 奥アンツーカ株式会社



体育施設H.P



instagram



grespo H.P