

主催 奥アンツーカ株式会社
後援 豊中市
令和7年度 第4期（10-11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10月6日～11月17日（月曜日）
（10月13日・11月3日除く）

場所： グリーンスポーツセンター みつぼの花
料金： ￥3,000 全5回
曜日： 月曜日
時間： 10：00～11：00（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9月29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



奥アンツーカ株式会社



体育施設H・P



instagram

GRESPOPIA
TOYONAKA



grespoH・P