

主催 奥アンツーカ株式会社
後援 豊中市
令和7年度 第6期 (2-3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8年2月16日～3月30日（月曜日）
(2月23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 全6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8年1月26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



OKU 奥アンツーカ株式会社



GRESPOPIA



TOYONAKA

grespo H · P

体育施設H · P Instagram

grespo H · P