

冬のスポーツチャレンジ



主催 奥アンツーカー株式会社

後援 豊中市

# ルーシーダットン

グリスポヨガは、タイに古くから伝わる自己整体で全身をほぐし、日々の不調をととのえていきます。初めての方、身体のかたい方など年齢問わず参加していただけます

## 2月3日・10日・17日(火曜日)

時間 11:15—12:15

費用 ¥1,800 全3回

場所 グリーンスポーツセンター  
みつぼの花

対象 女性 15名 先着順

持物 タオル、水分補給ドリンク  
動きやすい服装

申込 1月6日(火)11時から来場受付

講師 川北昭子 先生



日本ルーシーダットン普及連盟所属  
KICK OUT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 奥アンツーカー株式会社



体育施設H・P instagram

GRESPOPIA  
TOYONAKA



grespoH・P