

歩楽ふうが “スマイル健康セミナー”

毎月
開催中

6月度テーマ

「運動と呼吸（COPD・肺炎を予防しよう）」

日時 6月25日（日）
10:00～11:00

場所 歩楽ふうが
甲府上今井店

申込 FAX・お電話・メールにて
（裏面をご覧ください）

参加費無料！

どなたでもお気軽に
お越し下さい！

～今後のテーマ（予定）～

※毎月第4日曜日 10:00～11:00開催予定

- 7月 ストレスとリラクゼーション
（快適なストレッチとは）
- 8月 安全な筋カトレニングとは
（運動に必要な栄養）
- 9月 笑顔の絶えない生活（ホルモン、笑い療法）
- 10月 生活習慣と姿勢（猫背、反り腰 O脚、X脚）



フィットネスサロン「歩楽ふうが」では医療機関とのコラボレーションをし、毎月健康情報のセミナーや運動相談会を実施しております。無料体験も受付中です。是非ご連絡ください！

富岳グループ運営のフィットネスサロン

7 メディカルマシン フィットネスサロン

歩楽ふうが

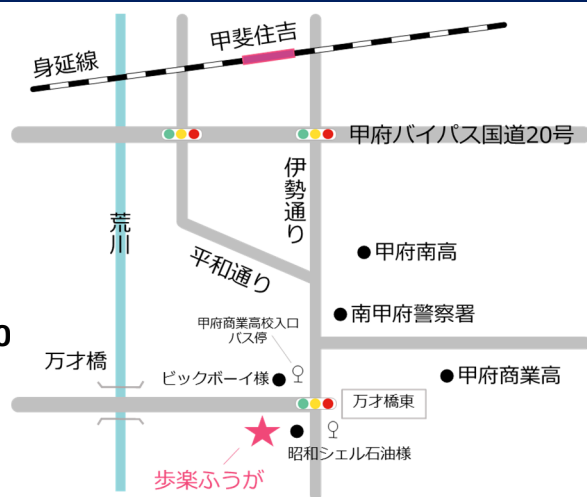
山梨県甲府市
上今井町681-12

営業時間 月～木 10:00～21:00
土・日・祝 10:00～18:00

12:30～13:30 CLOSE・最終受付 平日20:30／土・日・祝17:30

休業日 金曜日・《年末年始》12月30日～1月3日

☎ 055-243-0012 担当：山添



歩楽ふうが “スマイル健康セミナー” 申込書

お申込みはFAX・TEL・メールにて受け付けております。
FAX・メールでのお申込みの場合は受付完了の返信をさせていただきます。

● FAXにてお申込み ▲

FAX 055-243-0014

※ご氏名	フリガナ		
ご住所	〒 -		
TEL		※FAX	
E-mail アドレス	@		

確認欄

月 日 お申込み承りました。

担当： _____

● TELにてお申込み

TEL 055-243-0012

● メールにてお申込み

o-syouwa@fugaku.net

