

歩楽ふうが “スマイル健康セミナー”

毎月
開催中

9月度テーマ

「歩楽で健康寿命を延ばす 自己管理のポイント」

日時 9月24日(日)
10:00~11:00

場所 歩楽ふうが
甲府上今井店

参加費無料!

どなたでもお気軽に
お越し下さい!

申込 FAX・お電話・メールにて
(裏面をご覧ください)

～今後のテーマ(予定)～

※毎月第4日曜日 10:00~11:00開催予定

10月 生活習慣と姿勢

(猫背、反り腰 O脚、X脚)

11月 体幹力を鍛えよう (バランスカ、インナーマッスル強化)

12月 美しい歩行 (靴の選択)



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

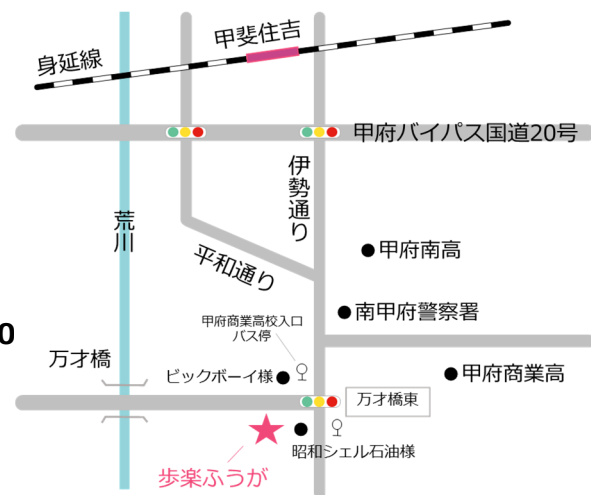
山梨県甲府市
上今井町681-12

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

