

運動初心者・中高年者(50歳以上)対象

# 健康体操・らくらく

HPは  
こちら



## 健康体操教室

### 健康体操

運動初心者向け

★★★

### らくらく 健康体操

足腰に不安のある方  
※椅子使用

★

1回体験  
随時受付中!

600円  
(税込み)

★運動レベル

総合体育館

TEL 0533-86-5175

健康体操

らくらく健康体操

火曜コース 11:00~12:00

月曜コース 13:00~14:00

金曜コース 13:30~14:30

金曜コース 11:00~12:00

全4回2,200円 (税込み)

全4回2,200円 (税込み)

御津体育館

TEL 0533-76-2821

健康体操

月曜コース

木曜コース

金曜コース

10:00~11:00

全4回2,200円 (税込み)

指定管理者:アイレクスグループ共同企業体