

令和8年度 地域型はつらっクラブ

秋田市委託事業

参加費無料

対象：秋田市在住 65歳以上

これまで、はつらっくらぶ事業に参加したことがない方

会場：M's スポーツクラブ御所野教室（フレスポ御所野）

内容：体幹運動、足腰強化、ストレッチ、タオル運動

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル

時間：13：30～15：00

1 クール目 定員 20 名

6月19日、26日、7月14日、28日、8月7日、18日

時間：13：30～15：00

2 クール目 定員 20 名

10月9日、23日、11月6日、27日、12月4日、18日

【問い合わせ先】

株式会社 M・S・C「M's スポーツクラブ」

TEL 070-5325-2412

メール mspclub@yahoo.co.jp 担当 松村

ラインからのお申し込みも可能 →

