

コロナ禍で運動する機会が減ってしまった方
生活習慣病をお持ちの方、肩・腰・膝痛にお悩みの方

インストラクターが出張します！

対象

自治体
企業
団体

内容

介護予防体操
認知症予防体操
腰痛予防ストレッチ
エアロビクス
ヨガ・ピラティスなど

料金

要相談

例：天童市内での
1時間の介護予防教室
初回特別価格:11,000円(税込)
※場所や内容によって異なります



お問い合わせ

総合フィットネスクラブ
ビーフリー

☎023-654-8866

ヘルスケア担当：奥山