

発起塾

H O K K I J U K U

主催

場所:アカルスタジオ

コロナ太り、運動不足、
縮んだ身体を伸ばす、メンテナンス、
骨折後のリハビリ、など
様々な目的に!

無理なく楽しく

運動不足のシニア
集まれ~!



ゆっくりと柔軟、
少しの筋トレ、軽めのステップ、
終わる頃には身体スッキリ
参加者さんから
「やって良かったわー」の声!

50歳以上

KID

KENKO IJI DANCE
健康維持ダンス



アカルスタジオ地図



シニアミュージカル発起塾

大阪市浪速区湊町1-3-1 湊町リバープレイス1階

0120-86-2615

hokkimail2000@hokkijuku.net

随時入会受付中!

月曜 (月4回) ※チケット制
10:30~11:30

5枚つづり
一般:9,000円
塾生:7,000円
1回
一般:2,000円
塾生:1,500円