

「活動的な生活」を目指そう!!



リハ・リハ 元気アップ教室

歩行に不安がある。疲れやすい。
運動不足を感じていませんか?

第2回 9月11日(土) 9:00スタート
参加費：¥1,000

今回は

リズムに合わせた全身運動

POINT

楽しい音楽に合わせて体全体を動かす運動です。
気持ち良い汗をかきますのでシェイプアップや健康維持につながります。



施設見学も合わせて
できますのでお気軽
にお電話ください。

私達がお待ちしています♡

リハビリ特化型短時間デイサービス
アクティブ・スタジオ リハ・リハ
お問い合わせ:

☎ 078-969-3060

FAX. 078-969-3070

担当:小濱



〒651-2411 神戸市西区上新地3丁目11-1