

ブリアントサービスM&R仲間募集！

～貴方の楽しいを是非ブリアントサービスM&Rで～

ブリアントサービスM&Rは介護予防運動を中心に活動しています。中でも「スクエアステップエクササイズ」は今や人気の教室として沢山の高齢者の方々に楽しんで頂いています。それとは裏腹に会の中は高齢化という壁も立ちはだかり、この辺で新しいパワーを是非注ぎ込んで頂きたいと思えます。

私達の活動を身近で体験して頂き、そして仲間になりませんか？

ストレッチ・
筋トシ・リズム体操など
いっぱいやるよー！

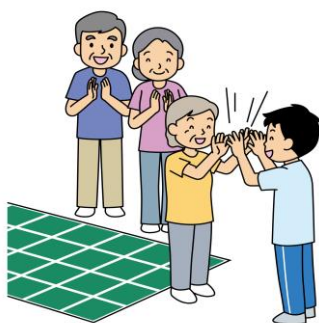


会場

茨木市福祉文化会館 203号室

持ち物

筆記用具、飲み物、汗拭きタオル、上靴



やったね！

日時

7/8(土)

13時30分～15時

※ 動きやすい服装でおいで下さい。

定員

30人

きょうは
リズム脳トシだよ！

お申し込み・お問い合わせ

- ブリアントサービスM&R
- 藤井眞由美
- TEL：080-5342-1568

