

**集まれ! 100まで元気でいたい人!**

**いきいき  
健康 DAY**

**65才以上  
限定**

**11/17 (木)**

**利用無料!**

**トレーニング室**

9:00~17:00

トレーニング講習会  
未受講の方は、  
講習会(500円)の受講  
が必要です。

**参加無料!**

**いきいき健康  
講座**

10:15~11:15

簡単な運動で体力UP!  
面白い脳トレ! 笑いが  
絶えないクラスです。

小西が  
担当します♪



**利用無料!**

**卓球室**

9:00~17:00

個人利用に限ります。  
お友達同士で  
いかがですか?