

# 東海市 しあわせ村

## ハロー！しあわせ体操

教室日程	第1・第3水曜日
時間	10時30分～12時
ところ	しあわせ村保健福祉センター
参加費	550円/回

体づくりを基本に、  
ストレッチ・有酸素運動を  
取り入れた健康体操です



健康で楽しい毎日を！

初心者大歓迎！