



男の筋トシ・ストレッチ

inコナミスポーツクラブ城南

参加費
無料

【日時】 **7月26日（金）**

19:00～20:30（開場 18:30～）

【場所】 **コナミスポーツクラブ城南（火曜休館）**

福岡市城南区別府3丁目1-26

tel : 092-833-5551 fax : 03-6894-7904

【対象】 **20～64歳の男性**

【定員】 **20名**（先着順）

【申込期間】 **2019年7月15日～7月24日**

※先着順ですので、申込み期間厳守をお願いします。

【申込方法】 **コナミスポーツクラブ城南へ電話・FAXで、**

①氏名②年齢③住所④連絡先をお知らせください。

※当日は運動ができる服装・室内運動靴・タオル・飲み物をお持ちください。

（ウェア、シューズはレンタル（有料）も有ります。）

※当日の体調によっては、運動実技の参加をご遠慮いただく場合があります。

また、マシンを使った指導ではありません。



「城南区健康長寿 100 歳チャレンジ」

構成：S.B フィットネスサンテ飯倉，カーブス福岡べふ，カーブス福岡長尾，コナミスポーツクラブ城南，スポーツクラブエスタ城南（五十音順）
福岡市立城南体育館，福岡市立城南市民プール，城南区保健福祉センター

事務局：城南区保健福祉センター地域保健福祉課

福岡100