

シティホール 伊都

見学会

開催日時
10/22
木曜日
10:00 ~ 14:00



大抽選会

日用品&家電製品当たる!



健康体操でフレイル予防

開催時間 11:00 ~



講師：健康運動指導師
井上 香織 氏
(ワン・ツウスportsクラブ中央)

フレイルとは…

加齢によって心身の元気が弱まり、要介護になる前の
“虚弱な状態”のことです。適切な運動や栄養で改善が期待できるのが特徴です。



要予約

ご予約は
3日前までに
お願い
いたします

お食事付き

(非会員様)
会員様&お友達 **無料!**
一般様 (非会員様) **300円(税込)**



シティホール 伊都
〒819-1102 福岡県糸島市高田2丁目19番1号

お問い合わせは
株式会社 ベルコ 福岡支社
福岡ベル・プラウド代理店
糸島オフィス
☎092-321-3560

担当書
202606575

※イラストと写真はすべてイメージです。