

ゆる体操

シニアの方
大歓迎♪

健康教室

気楽で カンタン
おもしろい♪

◆楽に動いて体力アップ
◆道具いらずの楽チン体操！



1回のみ参加でも、
すべての参加でも、
可能です。

開催日	2025年
	4/15 (火)
	4/22 (火)
	5/13 (火)
	5/27 (火)
	6/3 (火)
	6/17 (火)
	6/24 (火)
時間	10:00 ~ 11:30 (15分前より受付)
場所	Cブロック パークセンター内 会議室
参加費	各回1,200円 (税込)
定員	12名 (先着順)
持ち物	バスタオル、飲み物、動きやすい服装 (ジーンズ不可)
講師	竹田 茂代 先生 (ゆる体操正指導員)

申込

3/14 (金) 9:00より
お電話にて (先着順)
043-296-0126



<https://yuru.net>



大芝生広場や花時計、わんぱく広場、日本庭園見浜園など、幅広い世代が楽しめる公園！

県立幕張海浜公園

【管理・運営】県立幕張海浜公園みどりと海パートナーズ

〒261-0021 千葉県千葉市美浜区ひび野2-116
TEL: 043-296-0126 FAX: 043-296-0128
公園HP: <https://www.seibu-la.co.jp/makuhari/>
アクセス: JR京葉線「海浜幕張駅」南口より徒歩10分ほど



感染症等の影響で中止や内容変更になる場合もございます。ご了承ください。お客様の個人情報はイベントの連絡等に使用し、目的以外に利用することはありません。