

参加
無料

朝から

WAFU
Healthful Studio & Cafe

げんき体操

AEON MALL
TAMADAIRA no MORI



日々を健やかに過ごすために運動は不可欠です。
イオンモールで朝から元気に体操して一日を笑顔で過ごしましょう。

開催日

12/10(水)

12/24(水)

時間

9:45~10:10

場所

1F 湧き水の広場 (交番前入口)

※開始5分前より受付開始いたします

※小雨中止

内容

【日野人げんき!体操】+【WAFUオリジナル体操】

指導者

ヘルスフルスタジオ&カフェWAFU

参加方法

事前予約不要 (参加無料)

どなたでもご参加いただけます。

※体調がすぐれない方は参加をご遠慮ください。

※更衣室・荷物置き場はございません。貴重品はご自身で管理ください。

参加人数

先着30名さま

WAFU 施設紹介



WAFU
Healthful Studio & Cafe

医療法人監修
「お一人おひとりに合わせた健康スタジオ」
ヘルスフルスタジオ&カフェ WAFU
イオンモール多摩平の森 1F 交番前入口側



施設のご案内

「出来るが増える」は やっぱり嬉しい!!

もう今さら出来ないと諦めていませんか?
健康づくりを通して
その方の人生が100倍楽しめるように...
食と運動を中心としたトータルサポートで
健康な毎日を手にしてみませんか?



40代以上で
お体のお悩みがあるみなさまへ

WAFU

医師
監修

「出来るが 増える」 はやっぱり嬉しい!!

