

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

2/11(水)祝・2/25(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  
健康な毎日を手に入れてみませんか?

WAFU 医師監修  
40代以上で  
お体のお悩みがあるみなさまへ

「出来るが  
増える」  
はやっぱり嬉しい!!