



# 地域応援

# NASサークル

みんなで  
元気に！

60歳からの運動習慣。仲間と一緒に無理なく楽しく！

地域住民の方の健康維持と地域交流を  
目的とした NAS サークルがスタート！  
ウォーキング・水中ウォーキング・  
健康体操 3 種類のサークル定期開催し、  
元気に楽しみながら暮らし続けられる  
まちづくりを応援します！



おすすめの

ポイント × × × × × × ×

無理なく、どなたでも安心して参加可能！

健康づくりや仲間づくりにもぴったり。

運動をきっかけに毎日の生活に元気をプラス！



- 主催：スポーツクラブ NAS
- 対象：一般および会員の方（60 歳以上の方）
- 料金： 600 円（税込） / 1 回  
2,000 円（税込） / 4 回

NAS 会員のご紹介で  
会員と  
一般の方 初回に限り無料

開催日程・詳細等は裏面をご確認ください。

