



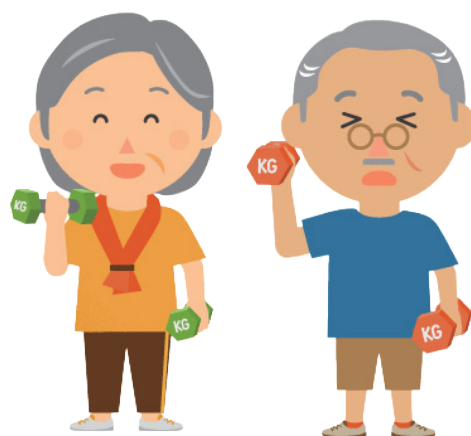
みんなで元気に！

60 歳からの運動習慣 地域応援「NAS サークル」

仲間と一緒に無理なく楽しく、はじめませんか？

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！

新登場「かんたんダンベルサークル」を
導入し、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。

