

介護予防コミュニティ

りぼんくらぶ 松戸メンバー

のご案内

内容

介護予防教室が通い放題！！

- 筋トレ、脳トレ、ストレッチ、ヨガ、骨盤体操など様々な体操
- レクリエーションやお話し会
- 体力測定やウォーキングイベントなど各種イベント開催



週に1回程度、皆さんで集まり、運動したりお話しする機会をご提供します！



株式会社じりきのもり イノベーション事業部



080-7259-5564

りぼんくらぶ



料金

※正会員・都度会員どちらも
所定の申込用紙にてお申込みいただきます

正会員：月額1,320円（税込）

登録手数料1,100円 カード発行手数料220円（税込）

※ご指定の銀行口座より引き落としとなります

都度会員：回数券 7回綴り3000円（税込）

会場

稔台市民センター	古ヶ崎市民センター	東部市民センター
馬橋市民センター	馬橋東市民センター	フィットネスガーデン 馬橋（予定）
二十世紀が丘 市民センター	柿ノ木台体育館	オンライン開催 （zoom）

※各地域、週に1回程度の開催を予定しています。

※施設予約の兼ね合いで変更することがあります。

※日程の詳細は別紙にてご案内します。

指導員

★りぼんくらぶの介護予防ケアトレーナー

★地域で活躍中のトレーナーやインストラクター

様々な資格を持った指導員が担当します！