

プロから学ぶ!

大人の方も!!
ご高齢の方も!!

なわとびサイズ エクササイズ

POINT!

参加費無料!!

- ① なわとびのプロが跳び方のコツを丁寧にお伝えします!
- ② 全身運動であるなわとびをすることで運動不足解消になります!
※運動できる格好でおこしく下さい。※なわとびの貸し出し可

①場所：服部緑地公園

日程：8/26,9/9,23,10/7,21(土曜日 全5回)

時間：10:00~11:00

②場所：千里中央公園

日程：8/27,9/10,24,10/8,22(日曜日 全5回)

時間：10:00~11:00

健康
と、
ともに、
とよなか

TOYONAKA



お申込み方法

次のいずれかの方法でお名前をお知らせのうえお申込みください。

- 1.右のQRコードからJUMPLIFE公式LINEアカウントへ登録後メッセージを送信
- 2.JUMPLIFEお問合せ先070-8931-7810へ電話

※予約が無くてもご参加いただけますのでお気軽にお越しください!

JUMPLIFE
公式アカウント

