



実はスゴイ！  
正しい  
ラジオ体操



# 体操

で美ボディ  
&肩こり解消

7/15  
15:30~17:00

(金)

参加費 **1000** 円 定員 **13** 名  
持ち物 **動きやすい服装・飲み物**  
場所 **パレット柏 多目的スペースB**



講師 **長岡 智津子**

『~Health&Beauty.~Feel 株式会社「Dance Studio NAGAOKA」代表。楽しく・美しく体を動かすことをモットーに性別・年齢を問わず、多くのメニューで心身の健康増進と生きがいのプログラムを提供。非日常的な体験企画も提案し笑顔溢れる人生の道案内人。



パレット柏 柏市柏一丁目7番1-301号  
Day One タワー3階

事前電話予約

パレット柏総合受付

※6/16(木)9時~より受付開始

**04-7157-0280**