

# 身近な公園で健康づくり！

みんなで一緒に

## 体操

しませんか？

どなたでもご自由にご参加いただけます。



参加無料

会 場：二宮公園（二宮1丁目）

日 時：毎週火曜日 午前8時30分～

※12月30日、1月・2月・8月は休み

内 容：ストレッチ・気功・太極拳

- ♪予約不要、直接お越しください。
- ♪動きやすい服装、運動靴を着用してください。
- ♪雨天、悪天候時、会場の状態が悪い時は中止になります。
- ♪実施時間中はのぼり旗が立っています。
- ♪飲み物は各自ご用意いただき、体調に気を付けながらご参加ください。



効果的な運動や健康づくりができるよう、協力団体の会員が協力員として来てくれます！



問合せ先：船橋市 地域保健課  
☎047-409-3274（平日9時～17時）  
共 催：船橋市・船橋市自治会連合協議会  
協力団体：二宮気功の会