

# 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40）

1・2月は宮見台自治会館

日 時：毎週火曜日 午前8時30分～

7・8月 午前8時00分～

※12月最後の火曜日と1月最初の火曜日は休み

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。

♪ 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