

# 豊南中学校区 元気アツフ教室



## ① 丸山元気アツフ



※写真準備中

仲良く、和気あいあいと元気に体操しています。体操後はとても気持ちがいいですよ。

活動場所	丸山区民会館
活動日時	第2水曜日 13時半～15時半

## ② 平山元気アツフ



毎回大勢の参加で楽しくやっています。脳も体も動かして、元気になりますよ！！

活動場所	平山集会所
活動日時	第2・4火曜日 10時～12時

## ③ 平和町元気UPUPグループ



ストレッチ、筋トレ、脳トレを実施しています。みんなで仲良く和気あいあいを楽しむことをモットーに活動しています。

活動場所	平和町公民館
活動日時	第3水曜日 10時～11時半

## ⑧ 前山自治区長寿健康クラブ



ストレッチ、ウォーキング、ラジオ体操、筋トレ、レク等みんなで仲良く、楽しく実施しています。結成15年です！

活動場所	前山区民会館
活動日時	毎週火曜日 10時～12時

## A 健康アツフ



男女で楽しくストレッチ・筋トレを実施しています。新しいメンバーも募集中です。

活動場所	豊南交流館
活動日時	第2・4木曜日 13時～15時

## ⑥ 今元気アツフ教室



※写真準備中

ストレッチ、筋トレ、レクリエーション、合唱等みんなで楽しく行っています。

活動場所	今自治区第2集会所
活動日時	第1・3木曜日 9時半～11時半

