

申込期間：令和8年10月8日(木)
～10月22日(木)

**無料
体験**

元気に楽しく！

健康運動教室



骨盤の動きや体感を意識した運動を行い、姿勢改善を目指した健康づくりを行います。

人数 先着20名

日時 10/30(金)
10:00~11:00

対象：18歳以上(高校生不可)

※8時半時点で明石市に警報が発令されている場合は中止

持ち物：屋内用シューズ、水分

場所 屋内競技場

キズナックスマリナパーク(明石海浜公園)

住所 〒674-0093 明石市二見町南二見8-1

TEL. 078-943-0873

FAX.078-942-8650

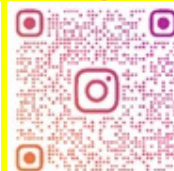
HP



LINE



Instagram



【申し込み】 電話または明石海浜公園屋内競技場窓口まで