

ブラックラムズ東京の選手による体操教室を開催します！

# ラグビー選手と 健康にトライ！

ラグビーボールを使って一緒に健康体操をしましょう！  
他、健康体操も行います！

予約制  
定員15名

日時：6月4日（火）13：30～15：00

会場：代沢まちづくりセンター 活動フロア

（世田谷区代沢5-1-15）

ブラックラムズ東京  
ラムまる

講師：ブラックラムズ東京

世田谷区スポーツ振興財団

参加費：無料

対象者：65歳以上の区民の方 男性大歓迎！

（応募多数の場合、代沢地区の方優先）



Black Rams Tokyo

【申込み・お問い合わせ】

代沢あんしんすこやかセンター （地域包括支援センター）

TEL 03-5432-0533 FAX 03-5433-9684

世田谷区代沢5-1-15 （月～土 8：30～17：00）

あんすこキャラクター  
あんすこ君

