

令和8年度

シニアのための フィットネス教室

65歳以上の方の運動習慣のきっかけづくりに!

対象のフィットネスクラブを**無料**で体験できる利用券を交付します

(利用券利用可能期間 令和8年4月1日~令和9年3月12日)

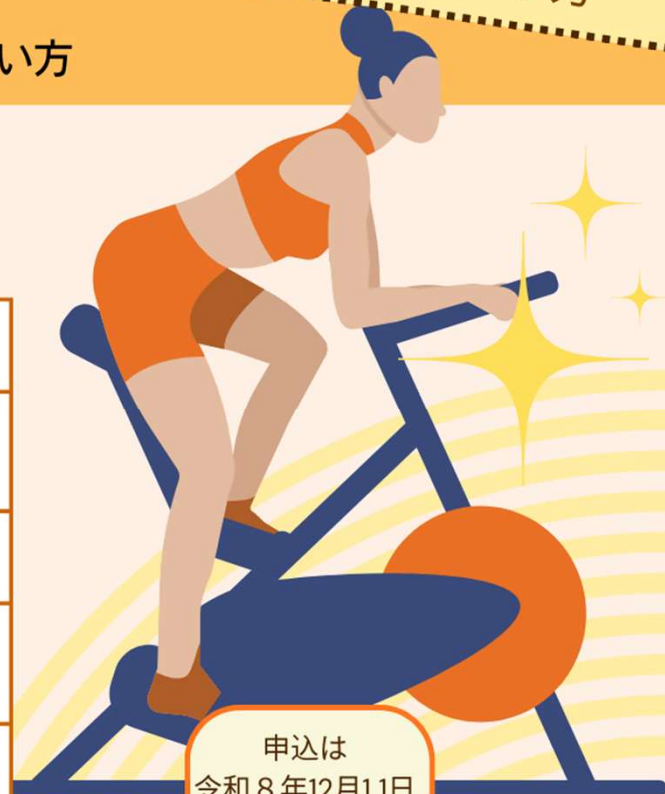
- ① 過去に本教室をご利用でない方
- ② 区に住民登録のある65歳以上の方で、
医師から運動制限を受けていない方
- ③ 各フィットネスクラブの利用規約を守れる方
- ④ 現在、対象のフィットネスクラブの会員でない方

利用対象者

※①~④をすべて満たす方

利用可能な フィットネスクラブ

アーバンフィット24文京音羽店	音羽1-17-11花和ビル2階
エッセンシャルジム24茗荷谷	大塚3-1-6ラ・トゥール小石川 ※入口は1階
サーフィック小石川店	小石川3-1-7 エコービル11階
FASTGYM24白山店	白山1-33-21 白山田沢ビル4階・5階
スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス本駒込24	本駒込2-28-12
フィットネスクラブ東京ドーム	春日1-1-1 ラクーアビル7F
ボディメイキング工房 アトリエミロン	千駄木3-31-12 ワコーレ千駄木ビル2F
WONDER LIFE	小日向4-2-5小日向安田ビル101
トリムボディ	本郷2-39-6 大同ビル7F



申込は
令和8年12月11日
まで

申込方法

右のQRコードか
下記へ電話



お問合せ先

文京区高齢福祉課介護予防係

03-5803-1209