



## 気持ちいい～ カラダゆるゆる体操と できたて朝ごはん!

(食事内容は変更になる場合があります。)

 通年

 8:00 中島スポーツ集合  
カラダゆるゆる体操

9:00 朝ごはんタイム

※季節によって時間が異なることがあります。

 1,980円(朝ごはん代含む)

 4名～

 動きやすい恰好・飲み物

 中島スポーツ

延岡市安賀多町2丁目5-8

 中島スポーツ (0982)35-6511

※当店の駐車場は限りがございます。  
乗り合わせのご参加をお願いします。



**ち** ょっと早起きして、プロの指導で「ゆる〜り」とカラダをほぐしましょう。老若男女、体力の有無は関係なし。日々の疲れや痛みを「気持ちよ〜く」解消できます。

運動の後は地元のお店が作ったこだわりの朝ごはんをみんなで食べましょう。

 誘い人

中島宏一郎さん