

# いつまでも元気で輝いていよう ヘルスケア工房 フレトレセンター

フレイル対策専用施設



バイク8台  
マシン4種

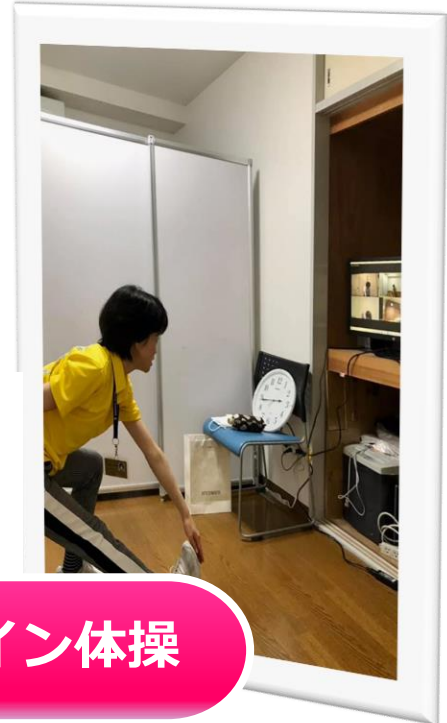
- 運動器具も指導を受けながら安心してお使いいただけます
- 持病を抱えた方でも効果的な運動が行えるプログラムです



専門講座開催

- 会員様は無料で受講できます

- 施設と併せてのご利用や、オンライン会員様としての受講も可能



オンライン体操



ヘルスケア工房  
フレトレセンター

生きいきした健康長寿を目指すトレーニング施設

<お問い合わせ> ☎03-4405-0195 (平日8:30-17:00)