



知識をもち、しっかりした理論で実践

# 楽トレ教室 わかば

✓ **大人気のパワーリハビリテーション**の提供を行っています。

- \* パワーリハビリテーションは、高齢者様にも無理なく運動が出来ます。
- \* 弘前市一般介護予防事業(パワリハ教室)の事業になります。



パワーリハビリテーションの他にも  
歩行訓練も行っています！！

**無料体験受付中**



フットマッサージ機



セルフ トレーニングにもぜひ

社会福祉法人 七峰会  
特別養護老人ホーム サンアップルホームグループ

## 楽トレ教室 わかば



(どなたでも運動できる  
交流の場)



✓ **参加費**

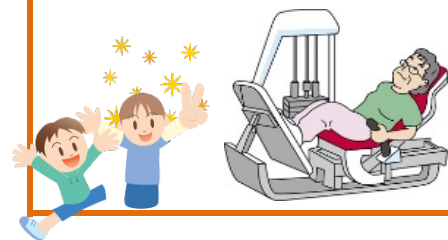
**無 料**

✓ **申し込み**

**必 要**

✓ **対象者**

**65歳以上の方**



### お問い合わせ

■ **連絡先**

テイサービスセンター  
わかば

■ ☎ **37-1165**

ミナ イイロゴ

■ 弘前市若葉二丁目  
15番地

■ **担当:岩淵・神**

