

団体名	ラッキークローバーフィットネス
代表者氏名	渡辺 ひとみ
所在地	越前市東庄境町 3 2 - 1 9
連絡先	電話番号 0778-43-1376 F A X
メールアドレス	atha803junko@gmail.com
ホームページ	https://luckcloverfitness.web.fc2.com/echizen_class/
登録団体 (該当する場合のみ○印)	1. 市文化協議会 2. 市スポーツ協会 ③ のっぽえちぜん 4. 市社会福祉協議会ボランティアセンター
活動分野 (該当項目に○印を記入してください。複数可)	① 保健・医療 2. 福祉 3. 環境・自然保護 4. 子どもの健全育成 5. 地域団体 6. NPO法人 ⑦ スポーツ 8. 芸術文化 9. 歴史文化 10. 国際交流 11. まちづくり 12. 社会教育 13. 男女共同参画 14. ボランティア 15. その他
活動内容	<p>骨盤調整ヨガ教室では、歪んだ姿勢を強制するための筋肉強化や全身の調整になるヨガのポーズを多彩に取り入れています。</p> <p>また、well-being エアロ教室では、生活習慣病予防になる有酸素運動に加え、認知症予防のための手足の動きが豊富に含まれています。</p> <p>いずれも楽しく可笑しく、たくさん笑っていただけるよう配慮しています。皆様方の憩いの場にしていきたいです。</p>
定例会	週に二回
会員数	45 名
備 考	