

JOYFIT・FIT365

JOYFIT
24

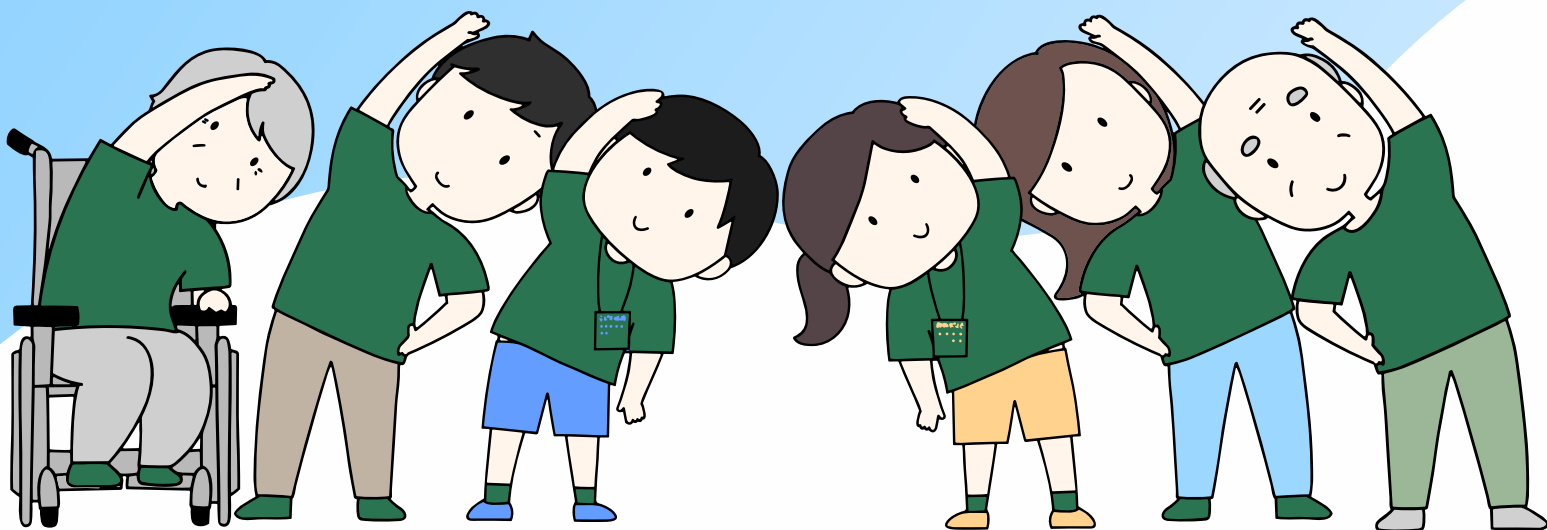
F
FIT365

SAPPORO
ウェルネス

／みんなで／

ノビ活

ノビティ参加費無料！
施設利用も無料！



J-Stretch協会認定のトレーナーだから安心して参加できます！

マットノビティとは？

15分間反動をつけずにマットの上で行う簡単なストレッチです。



ダイナミックノビティとは？

30分間反動をつけて体を大きく動かす簡単なストレッチです。



nobity
Nobitaiso

※詳細は裏面のQRコードを読み取り、フォームをご参照ください

協力：札幌市ウェルネス推進課

【ノビ活実施場所】



JOYFIT24札幌北14条光星

北海道札幌市東区北14条東6丁目1-17

☎011-299-4833

【スタッフ常駐時間】

○月～土 8:00~23:00

○日曜日 8:00~20:00

※毎月12日はスタッフ不在



JOYFIT 24



JOYFIT24ジムLITE札幌麻生

北海道札幌市北区北40条西4丁目1-1

☎011-717-2626

【スタッフ常駐時間】

○平日12:00~15:00 16:00~20:00

○土日祝12:00~15:00 16:00~18:00

※毎週金曜日はスタッフ不在



JOYFIT 24
ジムLITE



FIT365札幌美香保

北海道札幌市東区北25条東8丁目2-1ダイヤ書房本店 2階

☎0570-030-365

【スタッフ常駐時間】

○平日11:00~15:00 16:00~20:00

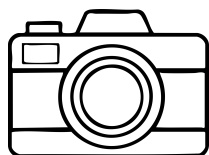
○土日祝11:00~15:00 16:00~19:00

※毎週水・金・日曜日はスタッフ不在



FIT365
フィットネスジム

イベント詳細・日程・
予約はこちら⇒



あとで見返せるよう
写真を撮っておこう！

