

東京ドームグループ・ミズノ共同事業体 × 東京ユナイテッドFC



ワンコインの  
健康広場

蘇る！あの頃の  
スーパーボディプロジェクト

# 朝活！コミュニティハブ

出勤前の早朝トレーニング！女性参加も急増中！  
体幹トレーニング、ストレッチ、ラダートレーニング、ランニングで  
あの頃(?)の自分に戻りましょう

場 所 小石川運動場  
日 時 毎週火曜日 **7:00~7:45**  
参加費 1参加につき**500円** (ワンコイン・当日受付)



特別講師 福田浩司 (フクダコウジ)

東京ユナイテッドFCトレーナー コンディショニングコーチ  
(財)日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー



**雨天中止**

天候不良による中止の場合は  
当日の午前6時までに東京ユナイテッドFC  
ホームページにて掲載いたします

雨天問合せ **03-3811-4507**  
(当日6:30以降)

TOKYO UNITED FC 公式HP: <https://tokyo-united-fc.jp>



TOKYO UNITED FC 公式アカウント

