



～青春時代の輝きを再び～

★★★東京体育館ティップネス イベントレッスン★★★

DJ OSSHY Produce

『シルバーディスコ®』

IN 東京体育館

開催決定のお知らせ

日程:2026年11月6日(金)

場所:東京体育館フィットネスエリア内スタジオ

※時間・料金は未定のため、決定次第あらためてご案内させていただきます。

※当日は休館日のため、トレーニングルーム・プール等のご利用はできません。



シルバーディスコとは・・・

70年代から80年代のディスコミュージックを楽しみながら、高齢者の健康促進や介護予防、コミュニケーションを目的としたイベントです。

DJ OSSHY氏が提唱し、全国の高齢者施設などで開催されています。

シルバーディスコは、かつてディスコで青春時代を過ごした高齢者の方々を主な対象としています。ミラーボールの下で、懐かしい音楽に合わせてダンスを楽しみましょう！

東京体育館ティップネス 連絡先:03-6380-4792

掲出期間 ～2026.11.6まで