

健康体操教室

とき			ところ
5月7日(月)	13:00~14:00	全面	総合S.C.体育館
5月14日(月)			
5月21日(月)			
5月28日(月)			
6月4日(月)			
6月11日(月)			
6月18日(月)			
6月25日(月)			

対 象

市内に住むか市内へ通勤通学している人
年齢不問 親子参加歓迎

必 要 品

運動着、体育館シューズまたは上靴

申 込 方 法

会場随時受付

教 室 紹 介

椅子に座り音楽に合わせてストレッチや筋トレ
ふれあいなどを動きます。

広 報 掲 載 号

4月15日号