

1DAYレッスン♪

# 脳と体操



頭でわかっているけど体がついていかないとかありませんよね？！

脳への伝達をスムーズにしましょう。

- 開催日：12月21日（土）
- 時間：13時00分～13時50分  
※開始15分前から受付を開始します。
- 場所：豊明市福祉体育館 会議室
- 料金：1人 300円
- 持ち物：運動のできる服装、室内靴、  
ヨガマット（バスタオルでも可）
- 対象：一般

**先着20名！ 当日申込**

お問い合わせ：0562-93-5001 豊明市福祉体育館