

1DAYレッスン



家で過ごすことが多くなり、筋力が衰えていませんか？

少しでも体を楽に動かすための体操を皆さんで楽しく実施しましょう

○開催日：10月10日（土）

○時間：10時00分～10時50分

○場所：豊明市福祉体育館 会議室

※開始15分前から受付を開始します。

○料金：1人 300円



○持ち物：室内シューズ、運動のできる服装、飲み物

先着15名！ 当日申込

お問い合わせ：0562-93-5001 豊明市福祉体育館