

1DAYレッスン 姿勢改善

姿勢を良くする簡単な動きを行います。
肩こりや腰痛になりにくい身体を目指しましょう。

5月31日（土）

午前10時00分～
10時50分

会場	老人福祉センター 娯楽室（福祉体育館内）
対象	一般（中学生以上）
受講料	400円
定員	15名
持ち物	運動のできる服装、飲み物、ヨガマット
申込方法	当日先着順 券売機にてチケットを購入してください。 レッスン開始の15分前から受付を行います。

豊明市福祉体育館

【お問い合わせ】豊明市福祉体育館 TEL 0562-93-5001
指定管理者 シンコースポーツ中部株式会社