

筋トシ&

ストレッチ



★北守谷公民館・多目的ホール★

17日(木) 13:00~13:30 受付
定員30名(先着順)

▽郷州公民館・集会室▽

30日(水) 11:00~11:15 受付
定員30名(先着順)

復活!

☆☆中央公民館・大広間☆☆

8日(火) 13:00~13:30 受付
24日(木) 10:00~10:30 受付
定員20名(先着順)

*各会場とも、定員になり次第開始いたします。(実施時間45分間)
*道具の数や部屋の広さの都合上、定員に達しますとご参加いただけませんので、ご了承ください。

【持ち物】 飲み物・タオル・ストレッチマット(ある方)

▼動きやすい服装でお越しください。

▼公民館のマットを使用する方は、靴下着用をお願いします。



◇問い合わせ◇

中央公民館 ☎48-6731