

リズムジャンプ!

12月6日・20日・1月17日(土)
10:00~11:00

参加費
無料

講師

イッシー先生

« いしばし
よしひさ さん »

▶小浜市

▶リズムジャンプ
インストラクター



大人も子どもも大歓迎!

楽しくジャンプ♪

運動不足解消にも★

ノリノリの音楽に合わせてラインの上をジャンプ★
リズム感や運動能力の向上、けがをしにくい
体づくりにも効果的な楽しいトレーニングです♪

場 所：青郷公民館2階 多目的ホール

定 員：20名（年長さん以上）

持ち物：動きやすい服、靴・飲み物・タオル

申し込み〆切日⇒12月4日（木）

【お申込み・お問い合わせ】 青郷公民館 ☎ 0770-72-6055