

いつまでも元気に 自分らしく



健康体操教室

参加費無料

楽しくおしゃべりしながら簡単体操で
筋力キープ

日程

4月14日・28日・5月19日・
6月 2日・16日・7月14日・
7月28日 火 全7回シリーズ

時間

13:30~14:30

場所

和田公民館うらら 2階大ホール

講師

岩澤 恵子さん（小浜市）

定員

特になし



- ・動きやすい服装でお越しください
- ・簡単な運動を行うため、タオルと飲み物をご持参ください

どなたでもいつでもご自由にご参加ください！

お問合せ

和田公民館うらら



72-1325