

運動講座

足腰しっかり健康体操!

11月10日 月 10:00~11:30

講 師：健康運動指導士 大橋 光子 氏

会 場：皆川公民館 大研修室

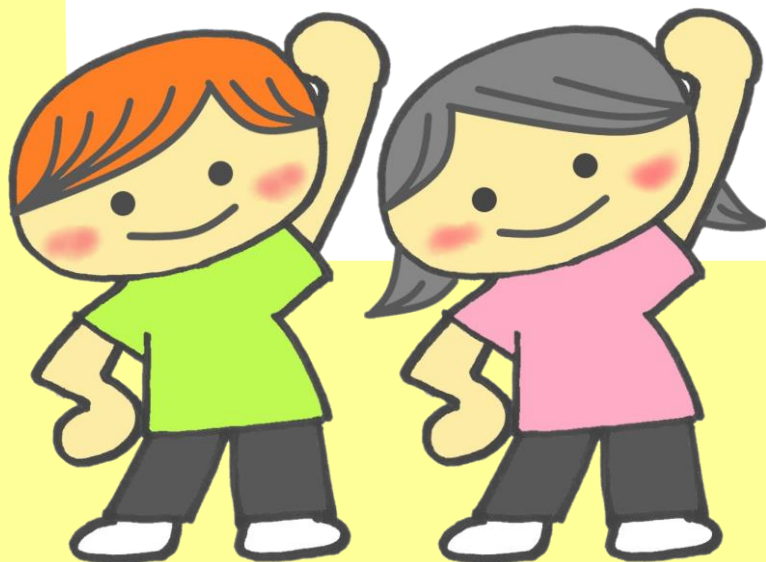
定 員：20名

お申込：9/24~10/31

窓口またはお電話にて受付

持ち物：動きやすい服装と靴、飲み物

汗拭きタオル、ストレッチ用手ぬぐい



問合先：皆川公民館
TEL：0282-22-1812