

募集

太極拳講座

バランス感覚を養い、転倒防止にも役立ちます。

疲れた体をリフレッシュしませんか？

日時：7月26日（月）10：00～11：30（予定）

講師：荒木 真奈美 さん

場所：久々利地区センター 2階ホール

定員：15名（先着順）

参加費：無料

持ち物：タオル・ヨガマット（貸出しあり）・

水分補給の飲み物

※マスクは必ず着用のこと。



申込締切：7月20日（火）まで

お問合せ・お申込みは窓口又は、お電話にて Tel64-1120

男性の方も大歓迎です！