

令和3年度

市民講座



タオル体操

～心も体もリフレッシュ！！～

タオル体操、脳トレ運動、歌体操などで
楽しく取り組める講座です。(全6回)

次回**12月23日(木)**に実施いたします！

全6回	開催日	開催時間	講師	予告
第1回	令和3年4月22日(木)	10:00～11:30	吉富晟矢氏	終了
第2回	令和3年6月24日(木)	10:00～11:30	吉富晟矢氏	終了
第3回	令和3年8月26日(木)	10:00～11:30	吉富晟矢氏	中止
第4回	令和3年10月28日(木)	10:00～11:30	吉富晟矢氏	終了
第5回	令和3年12月23日(木)	10:00～11:30	吉富晟矢氏	次回
第6回	令和4年2月24日(木)	10:00～11:30	吉富晟矢氏	

■場 所： 若園市民センター 多目的ホール

■募集人数： 1回30人程度(若干名空きがあります)

■参加費： 無料

【持参するもの】

タオル、お茶(水分補給)、上履き

※今年度の健康マイレージは、応募はがき付き
パンフレットを市民センターに設置しています！

【お申し込み・お問合せ先】

若園市民センター ☎093-921-3344

