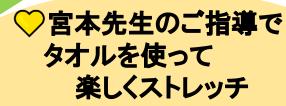
ち一哉・レク☆さす

タオルでスリスリストレッチ





日 時:4月22日(火)10:00~11:30

場所:陣原市民センター多目的ホール

講 師:健康運動指導士,レクレーションインストラクター

宫本佳緒理氏

持参物:スポーツタオル又は厚手のタオル・飲み物

上靴・動きやすい服装

共催: 陣原まちづくり協議会福祉健康委員会

健康づくり推進員・スポーツ推進委員

講座のお申込みお問合せは、陣原市民センターまでお電話又は来館(093-641-0177)

4/22(火)1人じゃないから頑張れる健康講座 「ちーむ・レク☆さす タオルですりすりストレッチ」 申込書

お名前	
電話番号	
生年月日	