



# ソフト 健康体操 教室

体を動かすことは、  
心と身体を**健やか**にします。  
最近、動くことが減ったり  
億劫になったりしていませんか？  
**運動不足**を感じている皆さん、  
健康体操に参加してみませんか？  
無理のない範囲でできる**体操**を  
仲間とともに**楽しく**行い  
**生涯健康**を一緒に目指しましょう！！



**日時**

**毎週 月曜日**

**13:30~15:00**

**定員**

**38名**

**受講料**

**6,360円 (3ヶ月)**



**和泉市生涯学習サポート館**

〒594-1112  
大阪府和泉市三林町1273-1  
**TEL: 0725-55-2115**  
URL: <http://support-kan.com/>

和泉市生涯学習サポート館  
ホームページ

