



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

7,320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

