

リズムに合わせて

体験・見学
大歓迎♡

フレッシュアップ 体操教室

新鮮力を高めましょう！
5年先、10年先の
生活の質を落とさないために
音楽のリズムにあわせながら
体幹、筋力、バランスの
維持と増進につながる
ヒントをお伝えします♪♪



日時

毎週水曜日

- ① 9:30~10:50
- ② 11:00~12:20

受講料

7,320円 (3ヶ月分)

定員

18名



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

