

健康体操のつどい

～2024夏～



みんなで一緒に元気な長後をつくりましょう!!

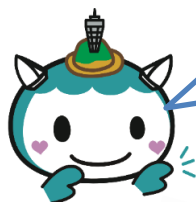
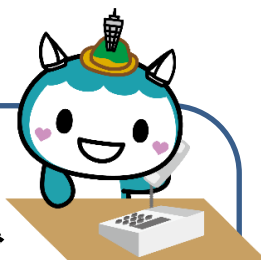
- 日時 2024年6月13日(木)
午前10時～11時30分(受付9時45分～)
- 場所 長後公民館 体育室
- 講師 ニツショウスマイルステーション
健康運動指導士
塚原 一步美 氏
シナプソロジーインストラクター
鈴木 友範 氏
- 内容 ラジオ体操 コグニサイズ など
- 対象人数 成人 50人 (応募者多数の場合抽選)
- 持ち物 上履き(洗った運動靴でも可)・運動のできる服装
飲み物

申し込み

5月13日(月)～5月31日(金)
午前9時～午後5時まで
(土日を除く平日)

電話または来館で!! (抽選)

※応募人数によって、抽選になる場合もあります。抽選の結果は、
6月3日(月)以降(平日)に電話でお問い合わせください。



注意事項

講座にご参加の際は、新型コロナウイルス感染症の感染予防のご配慮をお願いします。

主催 長後地区 老人クラブ連合会
共催 長後いきいきサポートセンター
長後公民館

☎ 0466-46-7373

午前8時30分～午後5時(土日祝は除く)

