

北町地区区民館 体操教室

場所：北町地区区民館（北町2-26-1）



「椅子ピラティスで健康維持！」

講師：ピラティスインストラクター 関佳奈 氏

日 程	時 間	申込開始 定員:15名
10月14日（火） 1階 多目的室	① 前半 14：00～14：30 ② 後半 14：50～15：20 ※前半、後半どちらかのお申し込みとなります。	6月10日（火）
12月9日（火） 1階 多目的室		10月14日（火）
2月10日（火） 1階 会議室		12月9日（火）

※定員になり次第締切とさせていただきます。

【お持物：フェイスタオルとお飲物をご持参ください。】

- ★参加は無料です。
- ★37.5度以上発熱のある方、体調不良のある方はご参加いただけません。
- ★会場内ではマスクの着用をお願いいたします。
- ★悪天候や都合により変更になる場合があります。

お申込み、お問合せ下記までご連絡下さい。

【申込み先】 北町地域包括支援センター

電 話：03-3937-5577