



出張型街かどケアカフェ (練馬区委託事業)

〈 H29年度 〉

ほのぼのボール体操

椅子に座って行う健康体操です。

4月14日(金) 10月13日(金)

5月12日(金) 11月10日(金)

6月 9日(金) 12月 8日(金)

7月14日(金) 1月12日(金)

8月はお休み 2月はお休み

9月 8日(金) 3月 9日(金)

時 間 : 13:30~15:30

場 所 : 南大泉青少年館

練馬区南大泉1-44-7

持ち物 : 室内履き、飲み物 参加費 : 無料

申し込みは不要です。動きやすい服装でお越し下さい。

問い合わせ先: 大泉高齢者相談センター大泉支所

練馬区東大泉1-29-1ゆめいあ1 ☎03-5387-2751

