

短期講座(全4回)

やってみよう!

リフレッシュ体操

～明るく、楽しく、健康づくり～

日時:令和7年1月28日・2月11日・2月25日・3月11日

第2・4火曜日 14:30～16:30 (全4回)

定員:20名 *応募多数時は1月12日(日)に公開抽選を行います。

持物:飲み物・動きやすい服装

申込:令和7年1月4日(土)9:30～窓口・電話・FAXにて

会場:千葉市緑いきいきプラザ

緑区誉田町 2-15-65

電話:300-1313

FAX:300-1511

講座体験終了後に活動を継続したい方。
リフレッシュ体操同好会は、第2・4木曜日
12:00～14:00に活動しています。

