

参加
無料

講演会のご案内



こころ・からだ 元気アップ体操

楽しく運動して、こころとからだを整えましょう！

日時

8/15(金)

9:30~11:30

会場

都賀いきいきセンター
教養娯楽室

講師

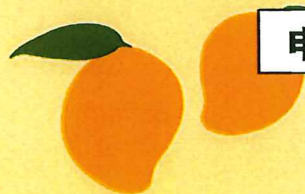
大竹 むつみ 先生

持ち物

上履き・飲み物・汗拭きタオル
ヨガマットもしくはバスタオル

申込

先着16名
8/1(金)9:30~
窓口・電話・FAXにて受付



申込・お問合せ

千葉県都賀いきいきセンター
電話 232-4771 FAX 232-4773
千葉県若葉区都賀4-20-1
都賀コミュニティセンター内