

真砂いきいきセンター  
短期講座



# てつまる式 エクササイズ

日時：8月5・19日 9月2・16日

12:00~14:00 (計4回:全日、火曜日開催)

## 対象……

千葉市内在住の60歳以上の方

## 持物……

住所・年齢が確認できるもの  
内履き(踵のあるもの)  
汗拭きタオル・お飲み物

## 申込……

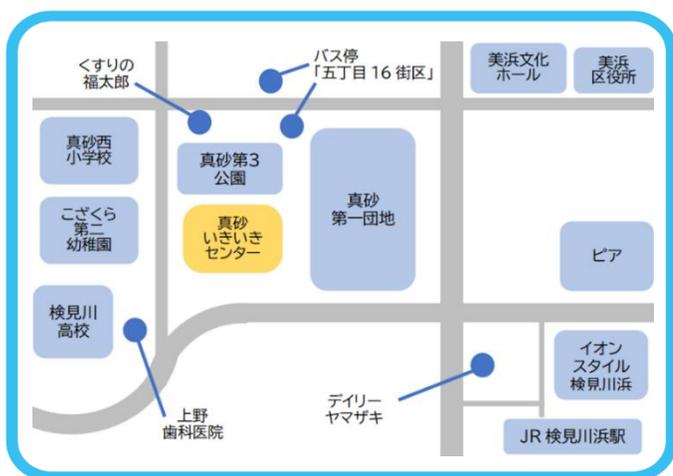
7/1(火)~7/10(木)

\*申込は、電話・FAXまたは直接受付まで。

FAXの場合は「氏名・年齢・性別・電話番号」を忘れずにご明記下さい。

## 定員……

14名 \*応募者多数の場合は、7/11(金)に抽選を行います。



美浜区真砂4-4-10

(こざくらい第二幼稚園の向かい)

電話:278-9641

FAX:278-9642

ご来館の際は公共交通機関等  
をご利用ください。

駐車場のご案内は出来かねますので  
ご了承下さい。