

真砂いきいきセンター 講演会
(オンライン開催)

定員
10名

*** 先着順**

体を動かそう!

楽しく



エアロビ体操

音楽に合わせて楽しく体操をしませんか?

■開催日時： **8月22日(金)**
14:30~16:30

■対象：千葉市内在住の60歳以上の方で、
補助なく一人で運動が可能な方(運動強)

■持物：住所年齢が確認できるもの
汗拭きタオル、飲み物

■申込：8月1日(金)から ***定員に達し次第受付終了**
*申込は電話・FAXまたは直接受付まで
*FAXの場合は「名前・住所・年齢・性別・電話番号」
を忘れずに明記下さい。

千葉市真砂いきいきセンター

電話：043-278-9641

FAX：043-278-9642

ご来館の際には、公共交通機関を
ご利用下さい。駐車場のご案内は
出来かねますのでご了承下さい。