

ミニボディケアスクール^(1～3月) 参加者募集

ミニボディケアスクールは、いきいきプラザで実施しているボディケアスクール担当の理学療法士が監修のビデオを使った1時間の自主体操です。皆様のご応募をお待ちしております。

- ◇期間 令和8年1月～3月（3か月）
- ◇日時
グループ① 毎週木曜日 14:30～15:30(全12回)
グループ② // 15:45～16:45(全12回)
グループ③ 毎週土曜日 14:30～15:30(全10回)
グループ④ // 15:45～16:45(全10回)

土曜日コースの1月24日・31日は開講しません。

- ◇会場 美浜いきいきプラザ2階集会室
- ◇申込期間 12/1(月)9:30～12/14(日)
- ◇定員 各25人 応募多数の場合抽選
- ◇抽選結果 12/15(月) 午後
「申込番号」を館内掲示し、X(エックス)で配信します。
- ◇申込場所 美浜いきいきプラザ1階 事務受付(電話・FAXも可)
- ◇対象 千葉市に住所を有するの60歳以上の方
ボディケアスクール1～3月コースに当選していない方
いきいき体操10～3月に参加していない方

【お問い合わせ】千葉市美浜いきいきプラザ

電話 043-270-1800 FAX 043-270-1811