

講演会

血液循環体操

開催日時 : 2月26日 (木) 9:30~11:30

対象 : 千葉市に住所を有する60歳以上の方で、職員の補助なく体操に参加できる方

定員 : 25人 (先着順)

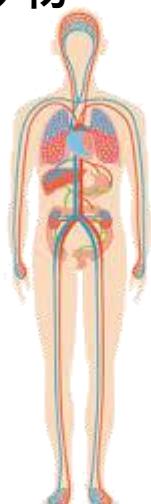
持ち物 : ヨガマットかバスタオル、汗拭きタオル、飲み物

参加費 : 無料

申込 : 2月1日 (日) 9:30~

1階事務室に直接来館し申込または電話・FAX
(氏名・年齢・住所) を明記

血液循環の促進、心身のリラックス、体の柔軟性の向上を目的とした体操を実施します。是非ご参加ください。



【お申込み・お問い合わせ】

千葉市美浜いきいきプラザ

千葉市美浜区高洲3-5-6

電話043-270-1800 FAX043-270-1811