

蒲生体育館「健康体操教室」



参加者募集!!

だれでも簡単にできる健康体操教室です。

椅子に座ったり、立位など、からだに無理のない範囲で体操やストレッチを楽しく行ないます。
ストレッチポールやセラバン体操も行います。

教 室 名	内容(曜日・時間・講師・開催日)				受 講 料
秋期 健康体操教室	金曜日	9:30~10:30	伴 綾子	定員10名程度	5,400円
	開催日：11/7・11/14・11/28・12/5・12/12・12/26				
冬期 健康体操教室	金曜日	9:30~10:30	伴 綾子	定員10名程度	5,400円
	開催日：1/16・1/23・1/30・2/6・2/13・2/20				

開催場所 東近江市蒲生体育館会議室

主 催 公益財団法人 東近江市地域振興事業団

※受講者が6名以下の場合は、中止になる可能性があります。

申込要領 チラシの裏面申込書に必要事項を記入の上、蒲生体育館受付へ受講料を添えてお申し込みください。

申込受付 秋期健康体操教室 10/6～ 受付開始

冬期健康体操教室 12/15～ 受付開始

※定員になり次第締め切ります。

※受付時間は9:00から21:00まで。毎週火曜日は休館日のため受付できません。

お問合せ先

東近江市蒲生体育館 NTT 0748-55-2920 IP 050-5801-2920