



名張ケンコー! マイレージ

リズム体操

リズムに乗ってみんなで体を動かそう

参加者募集

11月16日(金)

時間 10:00~12:00
場所 桔梗が丘市民センター(旧公民館) 講堂
講師 竹政 悦子氏
持ち物 汗ふきタオル、水分補給飲み物
服装 動きやすいもの、室内履き
参加費 無料



年間予定 ※予定は都合により変更する場合があります。回覧、HP等でご確認ください。

第4回	2019年 1月 7日	10:00~12:00
第5回	3月 1日	10:00~12:00



主催 桔梗が丘自治連合協議会 健康推進部会
申し込み・問い合わせ 桔梗が丘市民センター 電話 65-1206