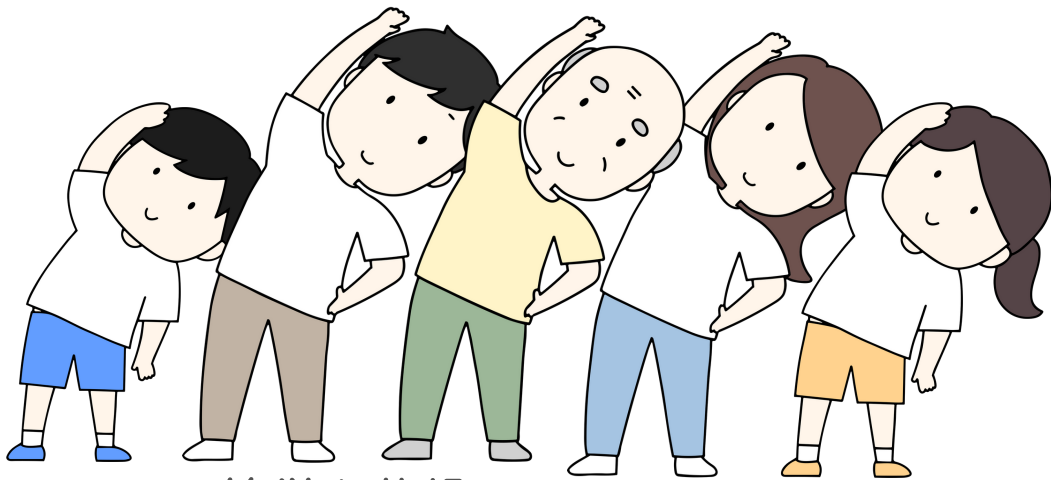


／ プール休業中 臨時教室 ／

体操・ストレッチの 時 間 ♪



簡単な体操やストレッチで
体を動かしましょう！

○体操○ 場所：本館4階403・404

10月11日（土）①ゆるやか 9：30～10：30

②きつめ 10：45～11：45

10月12日（日）ゆるやか 15：00～16：00

○ストレッチ○ 場所：本館4階403・404/体育室

10月10日（金）10：00～11：00

10月12日（日）13：30～14：30

10月17日（金）9：30～10：30（体育室）

★持ち物：動きやすい服装・水分

体育室は室内履き運動靴

- 定員：10名程度（当日先着・会場に集合してください）
- 対象：どなたでも

【問い合わせ】

総合福祉センター事業係 ☎ 0798-33-5501

FAX0798-35-1132