

健康美体操教室



日時 平成28年10月28日～平成29年3月24日の
毎週金曜日（ただし、12月23日、12月30日を除く）

場所 宮寺地区体育館

対象 市内在住、在勤、在学で女性の方

内容 個々の運動機能に応じた軽い運動・ストレッチ

定員 40名

時間 午後1時30分～午後3時00分

参加費 1人 4,000円

持ち物 運動できる服装、室内用シューズ、飲み物等

申込み 10月17日（月）午後5時までに武道館へ
電話で申込み ☎ 2965-5551（入間市武道館）



※定員を超えた場合は公開抽選（10/18 武道館にて）

開催日（金曜日）		
10月	11月	12月
28	4・11・18・25	2・9・16
1月	2月	3月
6・13・20・27	3・10・17・24	3・10・17・24