



健康美体操教室



日時 H31年5月10日～9月27日の毎週金曜日
(8月16日を除く) 全20回

午後1時30分～午後3時

場所 宮寺地区体育館

対象 市内在住、在勤、在学の女性の方

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(先着)

参加費 4,000円(全日参加できない場合でも徴収)

持ち物 運動できる服装、室内用シューズ、飲み物等

申込み 4月9日(火)～19(金)午後5時までに
武道館へ電話で申込み(☎ 2965-5551)

開催日(金曜日)		
5月	6月	7月
10・17・24・31	7・14・21・28	5・12・19・26
8月		9月
2・9・23・30		6・13・20・27