

まだまだ老け込まない!!

健康な体つくりを!!

40歳からの ストレッチ体操教室

実施日 9月 19日 26日
10月 10日 17日 24日 31日
11月 14日 21日 全8回 水曜日

時間 13:30~15:00

会場 清水総合運動場 剣道場

対象 40歳から74歳までの男女
(医師から運動を止められてない方)

受講料 3,000円

定員 25名

持ち物 運動のできる服装、タオル、飲み物、体育館シューズ

申込み 8月20日(月)9:00~受講料持参の上、直接窓口へ(申込順)



お問合せ

清水総合運動場

清水区清開2丁目1-1

電話 054-334-5049