

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 25日

10月 9日 16日 23日 30日

11月 13日 20日 27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歳までの人
(医師から運動を止められていない方)

受講料 4,000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28日(水) 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 054-334-50