

# ステップ21健康リズム体操

第1・3木曜日 10:30~12:00



講師/杉澤 尚美

受講料/2,700円(税込み)

★懐かしい曲、聴いたことがある曲  
お道具を使って、  
楽しく、無理なく、効率よく  
全身を使って運動不足の解消に!



お問い合わせ 新はっさむ文化教室 TEL684-8215