

レギュラー 講座

# 健美操



生活習慣病・老化防止に役立つ健康体操です。  
呼吸法を大切に、ゆったりとした動きで、どなたでも  
無理なく始められます。

[水曜日] 13:30~15:00

[金曜日] 10:15~11:45

講師 佐々木 俊子

¥ 4,320 (月4回)

¥ 6,480 (月8回)



## 岩見沢南文化教室

岩見沢市美園6条8丁目6-15 営業時間 / (月~土) 10:00~20:00

お問合せ・  
お申込みは (0126) 22-5706