

さびない体を作る健康体操

第2・4木曜日 11:15～12:00



ほうっておくと衰えていく身体の機能を
定期的な運動によって高めて
維持していきましょう。

誰にでも出来るとても簡単な体操です。

講師/間嶋 円

受講料/2,700円<税込み>

お問い合わせ 新はっさむ文化教室 TEL684-8215