

健康体操

体験講座

自立した生活を送るために役に立つ健康体操を体験します

* 日 時 **12月8日(日)**

午後1時30分～3時

* 場 所 ふれあいプラザ 2階 集会室

* 講 師 ふじい ようこ 藤井 容子さん

(中部公民館 定期利用団体「中山健康体操」講師)

* 対 象 どなたでも

* 定 員 20人(申し込み順)

* 参加費 **300円**(当日集金)

* 申込み 11月6日(水)午前9時から定員になり次第終了

(受付9時～17時、直接窓口または電話・申し込みフォーム・FAXで)

* その他 動きやすい服装で参加してください。

バスタオルをお持ちください。裸足で行います。



▼電子申請 申し込みフォームはこちら▼

【申込み・問合せ】

中部公民館 (ふれあいプラザ内)

(※ 9:00～17:00 月曜日休館)

TEL:0562-54-1535

FAX:0562-56-2911

E-mail : ko-chu@city.chita.lg.jp



窓口、電話、Fax、電子申請のいずれかでお申込みください。

(電子申請後、3日を過ぎても返信がない場合は、必ず電話でお問合せください。)

