

コミュニティサロン（講習会）第2クール

からだメンテナンス 運動教室



毎週火曜日
10:00~11:30

定員60名程度

＜令和8年度 第2クール日程＞

7月 7・14・28日

8月 4・18・25日

9月 1・8・15・29日

講師：高木 道代（健康運動指導士）

受講料：6,000円（全10回分）2回に分けて、納入可能
（1回目 3,000円 2回目 3,000円）

持ち物・服装：タオル、飲み物、動きやすい服装、ヨガマット
（貸出用ヨガマットを使用する場合は、消毒用品を各自ご持参ください）

お願い

- ① 自宅で体温を測定していただき、発熱などの症状がある場合や咳・咽頭痛などの症状がある場合は欠席してください。

お問合せ・お申込み

主催：（一財）大阪市コミュニティ協会平野区支部協議会

TEL6704-1200／FAX6704-1421

共催：アクティオ株式会社

TEL4303-4785／FAX4303-4786

大阪市平野区長吉出戸5-3-58

地下鉄谷町線「出戸」駅下車④番出口東へ徒歩5分