

∴ いつまでも元気に、自分らしく！ ∴

健康フィットネス 講習会

無理なく楽しく、
健康づくりを
はじめませんか？

火曜日 10:00～11:30



日程

【7月】	7日、14日、21日、28日
【8月】	4日、11日、18日、25日
【9月】	1日、8日、15日、29日

受講料

8,000円（3か月毎）

講師

吉中 康子

持ち物

動きやすい服装
シューズ スポーツタオル

お問い合わせ

大淀コミュニティセンター

☎ 06-6372-0213