

平成 31 年度

いつも元気で



さわやか健康体操



【健康サポート並木地区教室】

(体力づくりコース)

1 日だけでも何日でも体調に合わせてご参加ください！

【開催】 平成 31 年 4 月～32 年 3 月 (第 2・第 4 水曜日 全 24 回)

午前 10 時～11 時 30 分 (9 時 30 分から受付)

4 月 10 日	7 月 10 日	10 月 9 日	1 月 8 日
4 月 24 日	7 月 24 日	10 月 23 日	1 月 22 日
5 月 8 日	8 月 14 日	11 月 13 日	2 月 12 日
5 月 22 日	8 月 28 日	11 月 27 日	2 月 26 日
6 月 12 日	9 月 11 日	12 月 11 日	3 月 11 日
6 月 26 日	9 月 25 日	12 月 25 日	3 月 25 日

【会場】 富岡並木地区センター 体育室

【対象】 成人男女

【参加費】 毎回 400 円

【持ち物】 タオル、体育館用運動靴

【申込み】 当日受け付け

【問合せ】 金沢スポーツクラブ 電話 783-8991

富岡並木地区センター 電話 775-3692

共 催： 金沢スポーツクラブ
横浜市富岡並木地区センター