

シニアのための 週1 健康体操教室

いつまでも若く元気な身体であることを目指し、一緒に身体を動かしましょう。
いろいろなメニューを用意しています。

無理なくゆっくりと！

楽しく身体を動かしましょう！

開催日時

10月10日(金)、17日(金)、24日(金)、31日(金)

(全4回) 10:00～11:00

- 場 所 : 北野生涯学習センター本館 2階 中会議室
- 講 師 : 正木愛奈花氏 (健康運動指導士)
- 定 員 : 20人 (応募者多数の場合は抽選)
- 対 象 : 60歳以上の方
- 準備物 : 動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオル
- 申込締切 : 9月18日 (木) 17時
- 一時保育 : 無料 要事前申込 定員5人 (未就学児のみ)
- 申込方法 : 窓口、電話、ファックス、電子申請



問合せ先：久留米市北野生涯学習センター（久留米市北野総合支所文化スポーツ課）

久留米市北野町中273-1

電話 (0942) 78-2308

FAX (0942) 78-7283

電子申請 →
24時間受付中→

