

気功体操

全3回コース(前半)

第2木曜日クラス

日 時 10月8日、11月12日
12月10日
午前10時～11時30分

第4木曜日クラス

日 時 10月22日、11月26日
12月24日
午前10時～11時30分



お申込みはどちらかのクラスを選んで下さい。
※基本的に両方のクラスを申込みはできません。

内 容：呼吸に合わせてゆったりと動く体操

講 師：鈴木 和子 先生

受 講 料：無 料

マスクを着用し、間隔をあけて

定 員：20名（先着順）※定員になり次第締切

持 ち 物：汗ふきタオル、飲料水（水分補給） マスク着用

対 象 者：市内在住60歳以上の方

申込期間：令和2年9月17日（木）午前9時より開始

申込方法：電話 又は 直接窓口まで（FAX不可）

申 込 先：東大阪市立高井田老人センター

〒577-0054 東大阪市高井田元町 1-2-13 2F

☎06-6789-3751

