

バランス健康体操教室



開催日時	① 10月17日（火）
	② 11月21日（火）
	午後1時～2時30分
場 所	角田総合老人センター 2階 研修室
講 師	健康体操インストラクター 森田 瑞穂 氏
内 容	姿勢改善体操
募集 人数	各30名 ※①・②どちらか1つ選んでください。 ※申し込みは本人に限ります。
持ち物	スポーツタオル、水分補給の飲料 あれば5本指のクツ下 ※体操のできる服装で参加してください。 
参加費	無 料
受付開始	10月5日（木）午前9時～ （申込先着順）
申込方法	電話、または直接窓口へ
申込先	東大阪市立角田総合老人センター 〒578-0912 東大阪市角田2-3-8 TEL (072) 962-8011