

みんなの体操ひろば

① 12月22日(金)

10:00~11:30

② 1月26日(金)

10:00~11:30

定員

①②各25名



場所

角田総合老人センター 研修室

内容

ヨガ体操 (塙先生)



持ち物

タオル・飲料水・ヨガマット又は
バスタオル

申込期間

12月1日(金)~ **申込先着順**

①②いずれかお選びください

申込先: 〒578-0912 東大阪市角田 2-3-8
角田総合老人センター
TEL: 072-962-8011

