

令和6年度 角田総合老人センター

バランス健康体操教室

開催日時 **1月29日(水)**

- ① 午前10時～11時30分
- ② 午後1時～2時30分

①②いずれかを選んでください

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**

各35名

持ち物 **スポーツタオル、水分補給の飲料
あれば5本指のグツ下**

※体操のできる服装で参加してください。

受付開始 **1月 7日(火)～ 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

