

まあるい体操

足腰きたえてちょっと脳トレ



「だれでもできる」をモットーにしている「まあるい体操」をご紹介します。「心も体もまあるく」なるように、リズムに乗ってみんなで体操しましょう！どなたでもご参加できます。

*日 時: 2019年7月30日(火)13:30~15:00

受付 13:00~

*会 場: 小山市民センター ホール



*服装:運動しやすい服装と靴(スニーカーや上履き)スリッパ不可

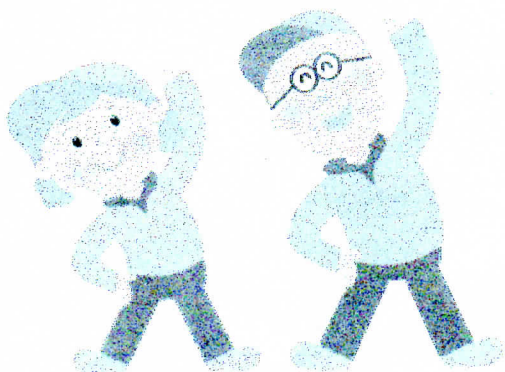
*持ち物:タオルや飲み物など。

*会費無料

*申込不要、直接会場にお越しください。お待ちしております！

*問合せ先:藤村 042-810-2703

11~13時、21時以降在宅



主催:町田市保健所保健予防課

:小山地区健康づくり推進員

協賛:町田市一般体操・リズム運動連盟

:小山リズム体操クラブ