

歩くための 筋トレとストレッチ

しっかり歩くための筋力トレーニングとストレッチの講座です
みんなで楽しく元気な身体づくりをしましょう!!



2024年 1月13日 土曜日

時間：午前10時00分～11時30分

*受付は午前9時45分からです

場所：千里山コミュニティセンター 多目的ホール

☆阪急「千里山駅」下車すぐ

対象：吹田市在住・在勤・在学の方

定員：30名（12月4日より先着順）

参加費：無料

申込方法：お電話またはFaxにてお申込みください

～今後の予定～

*2月24日(土) 10:00～11:30

千里山コミュニティセンター 多目的ホール

*3月23日(土) 9:30～11:00

千里南公園（屋外で開催）



お申込み&お問合せ

Tel・Fax 06-6330-9966

電話受付時間：平日9時～17時30分

12/29～1/3は年末年始のお休みです

主催：(公財)吹田市健康づくり推進事業団

吹田市

