

体力づくり健康教室

月曜日

1月

10:00~11:30
(90分)

5日 19日 26日

2月

2日 9日 16日

3月

2日 9日 16日
23日 30日



受講料 4,950円(税込) 全11回分

定員 40名

申込期間 12月1日~10日

(※定員に達していない場合、
1月5日開講まで受付)

お支払い 12月11日~1月5日

センター窓口にて現金のみ

持ち物

動きやすい服装、運動靴(上履き)

汗拭きタオル、水分補給の飲み物

ヨガマットもしくは、大判のタオル

など(ストレッチ時に使用)



初めての方でも安心

音楽に合わせて
楽しく一緒に

体

を動かしましょう

簡単なストレッチや筋トレで健康維持

お申込み➡窓口または電話にて

岸部南1-4-8 (☎06-6317-1293)

吹田市立岸部市民センター

指定管理者:国際ライフパートナー株式会社