

65 歳以上限定

参加費
無料!

いきいき 健康 DAY

● いきいき健康講座

- ◆ 10:15~11:15
- ◆ 簡単な運動で体力UP! 面白い脳トレもしますよ。
- ◆ 先着 10 名! お申し込みはお早めに!!

● トレーニング室・卓球個人利

- ◆ 9:00~17:00
- ◆ トレーニング講習会未受講の方はトレーニング講習
(500 円)の受講が必要です。

皆様のご参加を
お待ちしております。

8/1
(木)