

幸手市南公民館運営事業

健康体操講座

思わず身体が動いちゃう！音楽で楽しく運動不足解消♪

と き 令和8年 11 月11日(水)～12 月9日(水)

毎週水曜日(全 5 回)

午前 10 時～11時30分

ところ 南公民館 児童室

対 象 市内在住・在勤・在学の人

講 師 あんばい みえ氏

定 員 15 人(申込み順)

参加費 400 円 ※講座初日に集金します。

持ち物 ストレッチマット(貸出可)、フェイスタオル
飲み物

申込み10 月 13 日(火) 午前 9 時 30 分から受付開始
南公民館へ(電話申込可)

南公民館 43-6053