

60才以上の

2023年度

健康体操

日程	毎月2回(第2・4月曜日)
時間	10時～11時(受付9時30分～)
場所	金沢地区センター体育館
参加費	1回400円 (1回400円の 当日払いのみ となります)
持ち物	運動しやすい服装・体育館履き・ヨガマットかバスタオル・汗拭きタオル・飲物
お問い合わせ	金沢地区センター 784-5860

今回は先着100名で締め切らせていただきます。あらかじめご了承ください。
新型コロナウイルス感染拡大予防の対策として、マスクの着用・手指の消毒・検温(体調の悪い方、少しでも熱のある方は参加できません)のご協力をお願いいたします。

2023年度前期実施予定日

2023年度前期実施予定日		
4月	10日	24日
5月	8日	22日
6月	12日	26日
7月	10日	24日
8月	14日	28日
9月	11日	25日

