

60才以上の

2025年度

健康体操

受付9時30分から

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 (当日受付でお支払いください)
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

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。

2025年度前期実施予定日

(赤字は祝日)

4月	14日	28日
5月	12日	26日
6月	9日	23日
7月	14日	28日
8月	11日	25日
9月	8日	22日

