

60才以上の

2026年度前期

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。



2026年度前期実施予定日

2026年度前期実施予定日		
4月	13日	27日
5月	11日	25日
6月	8日	22日
7月	13日	27日
8月	10日	24日
9月	14日	28日