

体力づくり健康教室

月曜日



10:00~11:30
(90分)



1日 8日

6日 20日 27日



10日 17日

15日 22日



受講料 4,050円(税込) 全9回分

定員 40名

申込期間 9月1日~10月6日
(※定員に達していない場合10月6日開講まで受付)

お支払い 9月1日~10月6日まで
申込時にお支払い
センター窓口にて現金のみ

持ち物

動きやすい服装、運動靴(上履き)
汗拭きタオル、水分補給の飲み物
ヨガマットもしくは、大判のタオル
など(ストレッチ時に使用)



初めての方でも安心

音楽に合わせて
楽しく一緒に

体を動かしましょう

簡単なストレッチや筋トレで健康維持

お申込み⇒窓口または電話にて

岸部南1-4-8 (☎06-6317-1293)

吹田市立岸部市民センター

指定管理者:国際ライフパートナー株式会社