

げんき 元気に パワーアップ体操

たいそう たいそう

みなみく in南区



ストレッチ体操や音楽に合わせてリズム体操など、楽しみながら体を動かします。元気に体を動かして、日頃の運動不足の解消、ストレス発散など、身も心もリフレッシュしましょう！！

日 時 平成30年7月19日(木)、8月30日(木)

13:30~15:00 (全2回)

場 所 相模原市立総合体育館 中体育室
(相模原市南区麻溝台2284-1)

講 師 佐々木 映子 先生

対象・定員 市内在住・在勤・在学の障害のある方 30名
(小学生以上、小学生の方は要付添い)

持ち物 運動のできる服装、室内履き(スリッパ不可)、
飲み物、タオル

申込期間 平成30年6月15日(金)~7月10日(火)

アクセスは神奈中バス
「総合体育館前」を下車



そうごうたいいくかん 総合体育館MAP

ボランティア募集中

ボランティア(2名)同時募集中!



★お申込みはけやき体育館窓口・電話・FAXにて承ります。

相模原市中央区富士見6-6-23 TEL: 042-753-9030/FAX: 042-769-1200

相模原市立けやき体育館

