

リフレッシュ健康教室

受講生募集

を開催します！

☆笑顔と元気の出るリズム体操やストレッチなど、
あなたにあった体操を楽しみながら学びましょう。



日 時 令和8年10月 6日(火)・10月13日(火)
10月27日(火)・11月10日(火)

午後7時30分～9時00分

場 所 別所町公民館 大会議室

健康生きがいづくりアドバイザー
リズム体操インストラクター

講 師 平田 和美 先生



準備物 運動の出来る服装、運動靴、飲物
綿素材ボディタオル(※)

※約30cm×100cm位、新品は毛羽が出るので不可

締め切り 9月25日(金)

定 員 20名(申し込み多数の場合は抽選を行い、
外れた方のみご連絡をいたします。)

参加費 無 料



※お申し込み・お問い合わせ先

別所町公民館 Tel 82-0072

《主催》MOE スポーツクラブ 別所まちづくり協議会