

2020年6月8日(月)より

体操教室をリニューアルオープンいたします。



開催日: 毎週月曜・金曜

プログラム: 月曜① 9:30～10:25(シェイプアップエクササイズ&ストレッチ)
② 11:00～11:55(シェイプアップエクササイズ&ストレッチ)
③ 15:00～15:55(体幹トレーニング&タオル体操)

金曜① 9:30～10:25(体幹トレーニング&タオル体操)
② 11:00～11:55(体幹トレーニング&タオル体操)
③ 15:00～15:55(シェイプアップエクササイズ&ストレッチ)

参加費: 1プログラム 300円(障がい者 100円)

定員: 8名(新型コロナウイルス感染防止のため当面の間少人数で開催します)

応募方法: 開催日当日 8:30～小野路公園管理事務所へお電話ください。

※参加時にご氏名・ご連絡先のご記入と検温を実施にご協力ください。

お問い合わせ 小野路公園管理事務所 042-737-3420