

貝ヶ森交流サロン①

**参加
無料**



軽体操と講話

健康に関する講話と、自宅で出来る手軽なストレッチと一緒に楽しく学びましょう！

開催日

5月25日（木）10時～11時30分

会場

貝ヶ森市民センター1F 多目的ホール

対象

地域にお住まいの方 30人（先着順）

講師

スポーツプログラマー ふじもり 藤森 こういち 弘一 氏

持ち物

上靴・タオル・水分補給用の飲み物
当日は動きやすい服装でお越しください。



申込み

5月12日（金）10時30分から
電話か窓口にてお申込みください。



お申込み・お問い合わせ

貝ヶ森市民センター

〒981-0942 仙台市青葉区貝ヶ森 1-4-6

（電話：022-279-6320）

※お預かりする個人情報は本講座の運営のみに使用します。講座中に記録写真を撮影し、市民センターだよりやホームページなどに掲載させて頂くことがあります。

※体調のすぐれない方は参加を見合わせてください。来館時は手洗い、手指の消毒にご協力をお願いします。