

福沢

令和5年度 福沢市民センター主催事業

レディース交流サロン⑥⑦

いつもいつまでも

若くしく元気に過ごしたい 貴女を応援します!

カラダを動かしましょう! 【連続2回】

春

に向かって

軽やかに しなやかに

ストレッチやリズム運動で

楽しく 筋力維持 & 筋力UP!

2/7
(水)

各 13:30~15:00

会場: 福沢市民センター
2F 和室(1)

2/21
(水)

お申込み
お問い合わせ

- ❖対象 : 成人女性 15人 【先着順】
- ❖参加費 : 無料
- ❖持ち物 : 水分補給用の飲み物、汗拭き用タオル
- ❖申込 : 1月10日(水) 10時~
電話、または直接センター窓口へ



(公財) 仙台ひと・まち交流財団 福沢市民センター TEL 022-223-9095

〒980-0002 仙台市青葉区福沢町 9-9

※お申込みいただいた個人情報はこの講座の運営にのみ使用いたします。このチラシはリサイクルできます。