

8月

ライトフィットネス 座間味

月2回開催！

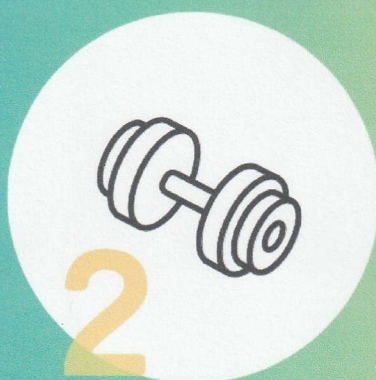
気軽にカラダを動かそう！

歴史文化・健康づくりセンター
8月13日(木)・8月20日(木)
15:15～16:15

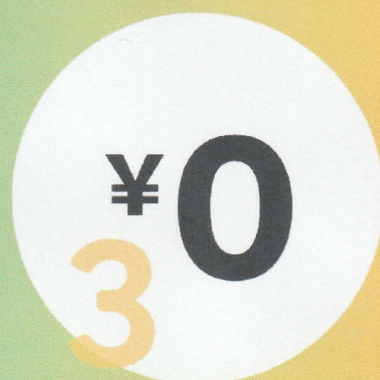
60歳以上 誰でも参加OK



インストラクター
が教えます！



ジムにある器具
を使って運動



参加費無料
事前予約なし

持ち物：上履き、タオル、飲み物

※阿嘉島・慶留間島の方はみつしま
ご利用料金免除されます。

掲載期間8月末迄

お問い合わせは

歴史文化健康づくりセンター
098-996-1361

座間味村社会福祉協議会
098-987-2084