

5月

ライトフィットネス

座間味

気軽にカラダを動かそう！

歴史文化・健康づくりセンター

5月28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

¥0

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 4月末迄

お問い合わせは
座間味村社会福祉協議会
098-987-2084

歴史文化健康づくりセンター
098-996-1361