

8月

一般参加  
OK

カラダが硬〜くなってるみなさま！  
今日もお疲れさまですっ！  
ガッチガチのそこらへんをちよつとストレッチでほぐして  
プラ寝たリウムで星空見ながらウトっと寝ときましょ

# プラネタリウムで ゆる〜く星空ストレッチ



子供を留守番させられない…

子連れOKの日 →

11 (月祝)

夜☆開始 19:10~20:10

大人(高校生以上) →

22 (金)・30 (土)

昼☆開始 15:10~16:10

夜☆開始 19:10~20:10

**予告** (仮)かんたん筋トレ&星空ストレッチ  
欲張りレッスン9月~開始予定(予約のみ)

開始15分前より入場OK~ストレッチだいたい、40分? 星空ごろ寝起こすまで?

タオルを使って、カラダの硬〜い人のための簡単なストレッチ

村民(高校生以上) ¥500 ※座間味村に住所登録がある方

一般(高校生以上) ¥1500 (当日通常上映利用の場合¥500引)

子連れOK → 暗闇のため、安全上、走り回らず、騒ぎすぎず、暗くても大丈夫なお子様

パパ・ママ気兼ねなくご参加ください

※手でつかみやすい長めのタオルか、薄めのバスタオル持参(貸出あり)

スペースに限りがある為、ご希望の方はお電話でお問い合わせをお願いいたします。(空き状況により当日参加OK)

座間味村歴史文化・健康づくりセンター【linkworks】北村

☎098-996-1361

HP→

