

手ぶらでOK! お買い物ついでに身体を動かして健康に♪

健康体操

スケジュール変更のお知らせ
7月13日(土)が中止になり、
7月6日(土)に行います。

無料

▼2019 スケジュール

7月 6日(土) N-f i t 整骨院

8日(月) 西澤先生

20日(土) ラジオ体操連盟 大石先生

22日(月) 小林先生

8月 5日(月) 西澤先生

19日(月) ラジオ体操連盟 大石先生

26日(月) 小林先生

31日(土) N-f i t 整骨院

【時 間】10:30~11:30

【場 所】もんぜんぷら座 地下ホール

【参加費】無料 予約なし

※連続講座ではありませんので

ご都合のつく日に

お気軽にいらしてください♪



ご予約・お問合せ TOMATO 食品館 267-5511 (9:00~18:00)