

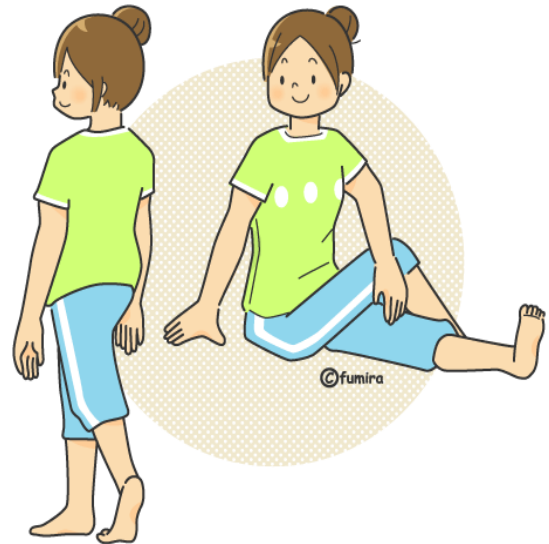
生活習慣病改善ストレッチ

教室開催のお知らせ

主催 文化教養部

講師紹介
ひらた
コンディショナル
スポーツセラピスト
石黒 均氏

酒田市山谷地区に
お住まいです



日	程	5月から9月まで第2・第4(木)	田沢コミュニティセンター
5月10日・24日	午後	7:00~午後	9:00
6月7日・21日	午後	7:00~午後	9:00
7月12日・26日	午後	7:00~午後	9:00
8月9日・23日	午後	7:00~午後	9:00
9月6日・20日	午後	7:00~午後	9:00

※ 第1段 肩こり・腰痛改善 & 豆知識

◎参加費 1回 100円 (当日 お持ち下さい)

◎服装 運動ができる服・タオル

◎切 随 時

◎申し込み・問い合わせ：田沢コミュニティ振興会

☎ 54-2542

📠 28-8618

※ みんなでわいわい気軽に楽しみましょう

