

令和2年10月5日

町民各位

松波地区コミュニティ振興協議会
食生活改善推進員
健康推進員協議会 松波支部



活動推進事業

松波つなぐ会

健康体操のご案内

～ 楽しく体を動かして心身ともにリフレッシュしませんか? ～

日時 10月23日(金) 10時～11時

場 所 松波コミュニティセンター 体育館

持ち物 フェイスタオル、飲物、上履き

※動きやすい服装でお越しください

講 師 五十嵐健太さん (からだFine! 代表トレーナー)

内 容 ストレッチや軽体操

参加費 無 料 (誰でも気軽に参加できます)



※申込み不要

【問合せ先】 コミセン事務局 ☎22-4352