

参加無料

令和8年度
女性教養セミナー

かんたんストレッチ

～体をほぐしてつまずき防止～

講師：江橋 京子 先生

日時：8月7日(金)

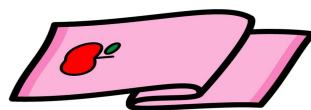
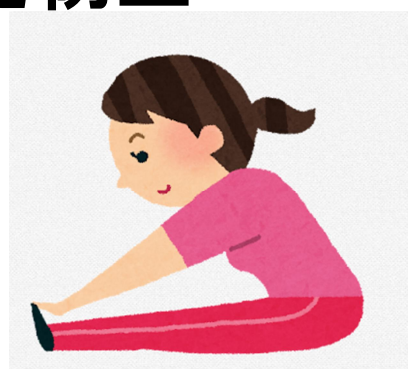
10:00～11:00

定員：25名(吉沢地区成人女性)

場所：吉沢市民センター 集会室

持ち物：飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット

服装：運動の出来る服装



申込方法：令和8年7月14日(火)より受付開始(電話受付可)

※ 吉沢地区以外の方は、17日(金)から受付ます

※定員になり次第締め切りとさせていただきます

主催・問い合わせ：吉沢市民センター

029-247-1989