

地域交流スペース

ひだまり



下田自治会

『体に役立つ、健康セミナー』

タオルを使って、健康体操

みなさんと、元気に過ごしていくために
タオルを使って、楽しく健康体操
どなたでも、はじめての方でも、
ご参加いただけます



日時：2018年**3**月**7**日(水)

午後1:00~2:00

場所：下田地区センター

費用：無料

持ち物：タオル 上履き(スリッパは不可)
動きやすい服装で

体操指導：(カイロプラクター) **岡戸 佳恵**さん

ひだまり*開催日時

毎月：第1水曜日・第3水曜日

10:00~14:00

お問合せ：(中嶋) 090-4076-1982

【掲示期限：2018年3月8日】