

R7 **season fitness**

シムラ整体院先生による

ゆがみなおし体操



志村茂 講師



当日14時以降は、継続して地域サークル「さわやか会」(志村講師)を実施しますので、見学希望の方は、お気軽にどうぞ！

5月 23日 金 13:00～14:00

会場

舞岡柏尾地域ケアプラザ
多目的ホール

参加費

無料

定員

20名 先着順

概ね60歳以上の方対象
水分をお持ちの上、動き
やすい服装と靴でお越し
ください。

**当日参加
歓迎！**

**お申込み先 : 舞岡柏尾地域ケアプラザ
045-827-0371**