

“男性限定”の“男性”のための体操教室

メンズ体操教室

* 日時 第2月曜日 13:30~15:00

* 対象 概ね 60 歳以上の男性

* 参加費 無料

* 定員 25名

* 持ち物 動きやすい服装・室内履き・飲み物

* 場所 いずみ野地域ケアプラザ
多目的ホール

☆申込受付中☆

*** 令和5年度 日程 ***

4/10	5/8	6/12	7/10
8/14	9/11	10/9(祝)	11/13
12/11	6年1/8(祝)	2/12(祝)	3/11

<講師プロフィール>

(なまためこはる)

氏名 生田目 小春 氏

有限会社 ビーアウェイク所属

かながわ介護予防・

健康づくり運動指導士

【お申込み・お問い合わせ】

いずみ野地域ケアプラザ

電話 045-800-0322