

市立南部公民館

『R7シニアのいきいき体操教室』日程等

日 程：第2、4木曜日 【8月休講】

1	5月 8日 (木)	9	10月 9日 (木)
2	5月22日 (木)	10	10月23日 (木)
3	6月12日 (木)	11	11月13日 (木)
4	6月26日 (木)	12	11月27日 (木)
5	7月10日 (木)	13	12月11日 (木)
6	7月24日 (木)	14	12月25日 (木)
7	9月11日 (木)		
8	9月25日 (木)		

時 間：午後1時30分～2時30分

場 所：南部公民館 1階 視聴覚室

講 師：西川 恵子 先生

持ち物：運動できる服装、内履き、飲み物、

ヨガマット (ない方は大きめのバスタオルでも大丈夫です)

受講料：200円×14回＝2,800円 (一括払い、初回5/8集金)