

健康講座

9月30日(土)

午前11時～午前12時

横瀬町町民会館

大会議室

体幹

トレーニング

教室

～見つめなおそう! あなたのカラダ～

講師：横田 直輝先生（スポーツフレンド21）

【定員】20名（小学生以上）

【参加費】200円（当日集金）

【申込方法】9月10日（日）から町民会館で受け付けますので、窓口へ直接または電話でお申し込みください。（定員になり次第受付終了）

☎22-2267

【持ち物等】運動が出来る服装、フェイスタオル、飲物、
ヨガマット（なくても可）