

新磯ふれあいセンター

佐藤美和先生による

初心者向け体幹を鍛える

バランスボール教室

日程

令和5年9月8日(金)～9月29日(金)

毎週金曜日 計4回実施

午前10:00～午前11:30

場所

新磯ふれあいセンター

多目的ホール

対象

18歳以上(高校生は除く)

定員

20名(先着順)

参加料

2,500円(初回集金)

申込み

8月5日(土)から

電話・FAXもしくは窓口へ

定員になり次第締め切ります



運動できる服装でご参加下さい

持ち物：室内履き、ヨガマット、飲料水

新磯ふれあいセンター (れんげの里あらいそ)

相模原市南区新戸2268-1

電話:046-255-1311 FAX:046-255-1361