

市内在住65歳以上対象

『背骨コンディショニング』



参加者募集！！

抽選25名
参加無料

背骨の歪みを整え不調を改善する運動に
挑戦してみませんか？

楽しく気軽にご参加ください。
初心者大歓迎です。

日時

9月～10月（水曜日）13：30～15：00
9月7日、14日、21日、28日
10月5日、12日、19日、26日 計8回

会場

老人福祉センター 集会室

（湖西市新居町浜名643-1）

講師

佐野 麻衣子指導員

申込方法

8/22(月)までに電話又は
直接申込



申込先

湖西市老人福祉センター

電話：053-594-5554

月～金曜日の9：00～17：00

