

毎月 第1火曜日

誰でも簡単!

リフレッシュ体操

五感を使った簡単なゲームやストレッチ等で、
自分で皆で動く楽しさを体感し、気持ちよく健康に!
脳トレ効果も。 **申込不要! 直接会場へお越しください**

日程:平成30年 10/2 ・11/6 ・12/4

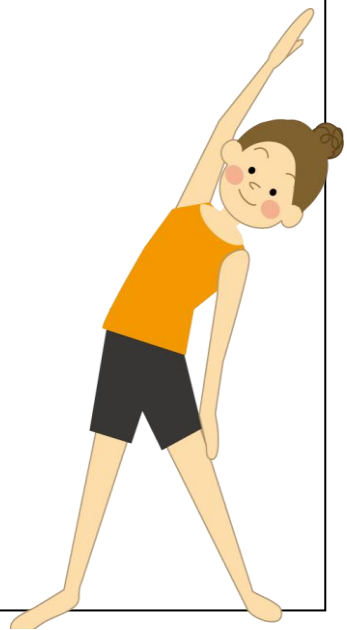
平成31年 1/8(第2火曜) ・2/5 ・3/5

時間: 午前10:00~11:45

会場: 4階 第3・4集会室(11月のみ、5階 多目的室)

参加費: 毎回300円(当日集金)

*裸足で行います。飲料水、タオルをお持ちください。



【お問合せ】 平日 9:00~17:00

(祝日・大田文化の森休館日を除く)

大田文化の森運営協議会

Tel 03-3772-0770 / Fax 03-3772-0704

<https://www.bunmori-unkyo.jp/>

