



健幸ストレッチ教室



【内容】 ストレッチと簡単な体操

【時間】 11:30～12:30 (11:00～受付)

※日程は急に変更になる場合があります。ご了承ください。

10

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	★7	8	9	10
11	12	13	★14	15	16	17
18	19	20	★21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	★4	5	6	7
8	9	10	★11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	★25	26	27	28
29	30					

【お知らせ】

施設改修工事に伴い、11月以降、空調が使用できません。

そのため12月は教室をお休みします。

令和9年1月以降につきましては、決まり次第、改めてチラシ配布いたします。