

令和3年度 骨骨健康貯筋クラス



バランスボールやストレッチポール等を使って、楽しく身体を動かして健康づくりをします！！！！

日 時：毎週火曜日 9：30～10：30
(健康づくり教室)

講 師：磯野 里美先生 (teamAIR)

参加費：500円

場 所：瀬戸内市邑久スポーツ公園

**準備物：室内用シューズ
タオル、飲み物**

主 催：瀬戸内市体育協会

★予約は不要です！！

お待ちしております！！

**ピンクの建物が
目印です！！**

