



健康美づくり 運動教室

10/7～11/25

毎週水曜日 9:30～10:30

計8回コースの運動教室です！

運動の秋！
一緒に楽しく
運動しましょう！！



- 
- 運動習慣がない方
 - 体重が気になる方
 - 定期的に運動したい方
 - 筋肉を維持したい方



日 時

10月7日～11月25日 毎週水曜日

会 場

野添コミセン 1階多目的ホール

※駐車台数には限りがありますので、ご了承ください。



対 象

播磨町民

定 員

先着30名



内 容

タオル体操、ポールエクササイズなど

講 師

ハート体操クラブ



参 加 費

1,500円

※初回参加時に集金します。

途中参加でも金額は変わりませんので、ご了承ください。

持 ち 物

汗拭きタオル、飲み物

申 込 み

お電話または右記のQRコードから
お申し込みください。



申 込 み ・ 問 合 せ

播磨町保険課 国保年金医療係



079-435-2581

