

健康美づくり 運動教室

11/21~1/30

毎週金曜日 10:00~11:00

(1/2(金)を除く)

計10回コースの運動教室です！



クリスマスにお正月など、
楽しいイベントが多い年末年始こそ！
しっかり運動して健康に楽しく過ごしましょう！



定員
30名

場所 健康いきいきセンター 3階 大会議室

対象 30歳以上の播磨町民

講師 健康いきいきセンター 運動インストラクター

内容 リズム体操、ZUMBA、ロコモ体操など

参加費 1,500円 ※初回日に集金します。
途中参加でも金額は変わりませんのでご注意ください。

持ち物 汗拭きタオル、飲み物

申込み お電話または下記の申込みフォームより
お申し込みください。

〈申込期間〉
10/24
～
11/19

〈お問い合わせ・お申込み〉

播磨町保険課 国保年金医療係

☎ 079-435-2581

