

バランスボール エクササイズ教室



あなたも健康な日常生活に
戻りませんか?!

日時: 6月19日～7月24日(毎週木曜日全6回)
午後7時30分～8時30分 申し込み締切日6月13日(金)

講師

小林 奈津子さん(健康運動指導士)

受講料

500円(6回分)

定員

20人(定員になり次第〆切)

会場

勤労青少年ホーム2階軽運動場

服装

運動のできる服装

持ち物

内履き・タオル・飲み物

※申込少数の場合は開催しないことがあります。



ホームページ

■ お申込み・お問い合わせ

小千谷市勤労青少年ホーム

愛称

ホットプラザ

所在地 〒947-0005

小千谷市旭町13番8号

電話 0258-82-8510

開館時間 午前9時～午後9時

H P

小千谷市勤労青少年ホーム

検索

E-mail

kinro@city.ojiya.niigata.jp

X

https://twitter.com/ojiya_kinro