

1~3月

疲れを癒して  
リフレッシュ

# ストレッチ教室

講師：ユウミュージック  
比嘉 建子先生

ゆったりとした音楽を聴きながら、  
筋肉をほぐし、体のバランスを整えましょう

日時：平成30年1月12日～3月16日

毎週土曜日

◆第1部◆ 18:30～19:30 (午後6:30～7:30)

◆第2部◆ 19:45～20:45 (午後7:45～8:45)

場所：八広地域フラザ吾孺の里 2階大会議室

対象：20歳以上

定員：各15名(先着順)

参加費：おひとり5,000円(全10回分)

持ち物：飲み物、タオル

動きやすい服装でお越しください。

お申込：12/11(火)～1/9(水)

※12/17(月)、12/29(土)～1/3(木)は休館日

1階受付またはお電話(03-6657-0471)へ  
お問い合わせください。

※お電話での申込みの場合も期間中にご来館いただき  
申込用紙への記入とお支払いをお願いいたします。

※キャンセルに伴うご返金も、9/13(木)までです。