



短期教室

かんたん ストレッチ



かんたんなストレッチや軽い体操を行い、からだをほぐします。
気持ちよくからだを伸ばすことで、からだがかたく感じます！！

実施期間 10/27・11/10・17・24・12/1の火曜日

対象・定員 中高齢者 30人

実施時間 12:15~13:00 (45分)

受講料 1,500円 (全5回)

申込日時 10/20 (火) 11:50 ※



※受付開始時刻に定員を超えた場合はその場で抽選を行います。

- ・一人で複数の抽選はできません。
- ・受講料を添えてお申込みください。
- ・受付開始時刻を過ぎた時点で、定員に空きがありましたら、豊中市在住在勤以外の方もお申し込みいただけます。

〔指定管理者〕 公益財団法人豊中市スポーツ振興事業団・
公益財団法人フィットネス21事業団共同事業体



豊中市立柴原体育館

柴原町4-4-18

☎06-6843-7877