

平成30年度 築地社会教育会館 サークル体験ウィーク  
ゴムバンドを使ってストレッチ体操



# よつば会



血流がよくなり、体が温まります。  
是非ご参加ください。

**3月26日(火)**

**18:30~20:00**

会場:築地社会教育会館  
3階 第三和室

対象:大人

持ち物:水分補給用飲み物

※ 動きやすい服装で  
おこしてください。  
※ ストレッチバンドは用意しています。



毎月第1・第3火曜日 18:30~20:00  
築地社会教育にて活動中!

問合せ先: ここに古谷 090-6168-7818

❖開催場所・サークル体験ウィークに関する問い合わせ❖

築地社会教育会館 中央区築地4-15-1

TEL: 03-3542-4801 FAX: 03-3542-3696

主催: 中央区立築地社会教育会館