

当日
受付

参加
無料

平成30年度日本橋社会教育会館サークル体験ウィーク

3月28日(木) 8F 第二和室
9:30~11:00

健康体操体験

- 9:30~9:45 準備体操
9:45~10:10 自彊体操
10:10~10:30 休み時間
10:30~11:00 型直しと整理体操



動きやすい服装でお越しください。タオルと、あれば5本指の靴下をお持ちください。

自彊の和の会

活動内容:健康体操

活動日:毎週木曜日

対象:成人

連絡先:澤浦(さわうら)03-3667-2489

サークル体験ウィークに関するお問い合わせ先

日本橋社会教育会館 中央区日本橋人形町 1-1-17 03-3669-2102