

太極拳の動きを取り入れた 筋力アップを目指す運動

11月14. 21. 28日 ^{いずれも} (金)

午前10時00分
～11時30分

場 所…上野毛地区会館大会議室
(中町2-33-11)

参加費…**150円** (傷害保険料)

募 集…すべての回に参加できる方

抽選で24名 (上野毛・野毛・中町在住の方優先)

(参加可否は、10月31日(金)頃に下記のとおりお知らせします。)

オンライン申請…メール 電話での申し込み…はがき)

講 師…世田谷区保健センター運動指導員

10月15日(水)から10月26日(日)までに、
2次元コードからお申し込みください。(Logoフォームに遷移します)

申し込みはこちらから→



URL

<https://logoform.jp/form/JqMJ/1212036>

オンラインでの申し込みが難しい場合は、せたがやコールでも受け付けております。下記の番号へお電話ください。

電話番号 03-5432-3333

受付時間 年中無休 午前8時から午後9時



体成分分析も
行います!

