

ボールとチューブで ストレッチ



ボールとチューブを使った全身の柔軟体操です

【日時】 **3月5日(木)** 午後2時～3時

【場所】 西区老人福祉センター・1階ホール

【講師】 大阪市生涯学習インストラクター



園田應子先生

【持ち物】 水分

【定員】 **35名**(抽選)



【申込み】 **2月24日(火)～2月25日(水)**

午前10時～午後5時まで

☆電話申し込み可☆本人に限ります☆

【当選結果】 **2月26日(木)**午後2時以降

当選結果は電話または館内掲示にて、ご確認お願い致します



問い合わせ・連絡先 西区老人福祉センター 6582-9552

