

サークル活動体験会

参加費無料

サークル「あじさい会」の 活動を体験してみませんか

肩こり・腰痛予防 ストレッチ・筋トレ・脳トレ
初めての方も大歓迎！
楽しく・ゆっくり・やさしく運動します！



★★ 全2回 ★★

10月17日(土)
10:00～11:00

10月24日(土)
10:00～11:00

対象:女性のみ 定員:40人(先着順)

会場:柴又学び交流館 3階 レクリエーションホール

持ち物:上履き・飲み物・ヨガマットまたはバスタオル

申込開始 9月17日(木)午前9時
電話申込み(先着40人)

【あじさい会の紹介】

柴又学び交流館で土曜日に活動中！主に50代～70代の方が中心となり、ストレッチなど体を動かして活動しています。

申込・問合せ先 葛飾区教育委員会事務局 生涯学習課学び支援係
03-5654-8476 / 03-5654-8512