

みんなきらめけ!!!

ハッピー体操



男同志
楽しく
頑張りましょう!!



新

4月16日(月)～
男性向けに開催中。

介護予防を目的とした体操です。
無理なく運動ができます。是非、ご参加下さい。
事前申込みは、不要です。直接会場へお越しください。

日時: 毎月第3月曜日 14時～15時30分

場所: きらめき市民大学体育館

持ち物: 体育館履き・飲み物・フェイスタオル

連絡先: 東松山市総合福祉エリア

介護予防事業担当 0493-21-5570



お待ちしております♥