

活き活き健康体操

～頭も体もスッキリ!～

開催日：平成30年4月～平成31年3月
第2 第4 木曜日 13:30～14:45

4月	12日 26日	10月	11日 25日
5月	10日 24日	11月	8日 22日
6月	14日 28日	12月	13日 27日
7月	12日 26日	1月	10日 24日
8月	休み	2月	14日 28日
9月	13日 27日	3月	14日 -

※3月28日はありません

講師：宮腰 勝家氏

対象：成人男女

参加費：100円（1回分 含：保険料）

申込方法：当日直接来館申込み（1回のみも可）

持ち物：運動しやすい服装（着替え）、上履き、
飲み物、タオル



指定管理者
公益社団法人
横浜市民施設協会

あつまる・つながる・笑顔になる

<http://yokohama-shisetsu.com/>

〒225-0003

横浜市青葉区新石川3-1346

新石川スポーツ会館

電話番号：045-911-9870