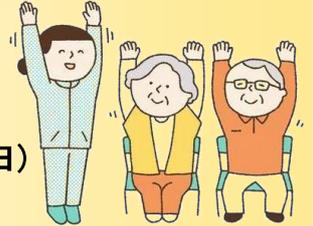


# 活き活き健康体操

場 所：新石川スポーツ会館 ミーティング室  
 (青葉区新石川三丁目 1346 番地 ☎ 045-911-9870)

開 催 日：令和8年4月～令和9年3月(毎月第2・4木曜日)  
 時 間：13:30～14:55



4月	9日	23日	10月	8日	22日
5月	14日	28日	11月	12日	26日
6月	11日	25日	12月	10日	17日
7月	9日	23日	1月	14日	28日
8月	お休み		2月	11日	25日
9月	10日	24日	3月	11日	18日



※感染症予防等により開催が変更又は中止になる場合もございます  
 ホームページやお電話にてご確認ください

参加費：1回 200円(当日ご持参ください)

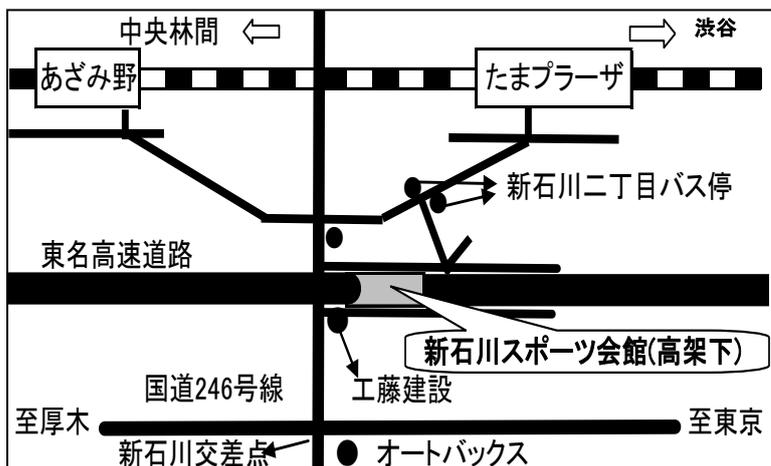
対 象：成人男女 初心者

申込方法：3/19(木) 9:00～ 窓口または電話にて受付

持 ち 物：運動しやすい服装、上履き、飲み物、タオル

講 師：宮腰 勝家氏

(体操・レクリエーション指導員、コグニサイズ普及リーダー)



【お問い合わせ】

新石川スポーツ会館

横浜市青葉区新石川

三丁目 1346 番地

電話番号：045-911-9870

HPはこちら

