

須影公民館 健康運動教室

開催曜日	第1金曜日	第3金曜日	第4金曜日
内容	ストレッチ体操	椅子の体操	ストレッチ体操
月日	10月 6 日	20 日	27 日
	11月 お休み	17 日	24 日
	12月 1 日	15 日	22 日
	1月 お休み	19 日	26日 (集会所)
	2月 2 日	16 日	お休み
	3月 1 日	15 日	22 日

※公民館事業の都合上、日程が変更となる場合がございますのでご了承ください。

会場 1階 和室

時間 10:00~11:30

指導者 羽生市健康運動普及推進員

持ち物 ・タオル(手ぬぐいの大きさ)

・水分補給用の飲み物

☆予約不要☆



《参加の留意点》

※台風・雪などの天候や、感染症の流行状況等により、急遽中止となる場合がございます。個人へのご連絡はいたしませんので、開催が不明な場合は、下記へお問い合わせください。

※複数の会場を利用する場合、会場ごとに利用申請書を提出していただきます。

《お問い合わせ》

羽生市役所 健康づくり推進課 保健係内