

令和8年度 川俣公民館 健康運動教室

開催曜日	第1月曜日	第2月曜日	第3月曜日	第4月曜日	
内容	ストレッチ体操	ストレッチ体操	椅子の体操	ストレッチ体操	
月日	4月 6日	13日	20日	27日	
	5月	/	11日	18日	25日
	6月 1日	8日	15日	22日	
	7月	/	13日	/	27日
	8月 3日	10日	17日	24日	
	9月 7日	14日	/	28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 川俣公民館 和室(第3:講堂)

時間 10:00~11:30

指導者 羽生市健康運動普及推進員

持ち物・長めのタオル

・水分補給用の飲み物

・室内用運動靴

☆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

羽生市健康運動普及推進員協議会事務局 ☎ 048-561-1121