

# 健康体操 会員募集中

## ・・・内容・・・

◇ ストレッチ

◇ チューブ

◇ ウォーキング

◇ マット運動

◇ ヨガ

◇ 竹踏み

などなど・・・

毎週 火曜日 19:30～20:30

場所・・・文化スポーツセンター

または八幡公民館

月会費・・・¥2,500(入会金なし)

運動が苦手・体力低下が気になる方  
対し解消・体力UPしてみませんか？  
未経験の方 大・歓・迎！！

いつでも見学・体験できます  
マット無料貸し出しあり  
一度遊びに来てください

★・・・お問い合わせ・・・★

レディースクラブ

担当・・・渡辺 文子

TEL・・・080-5546-1010

お気軽にお電話ください

待ってま～す！！