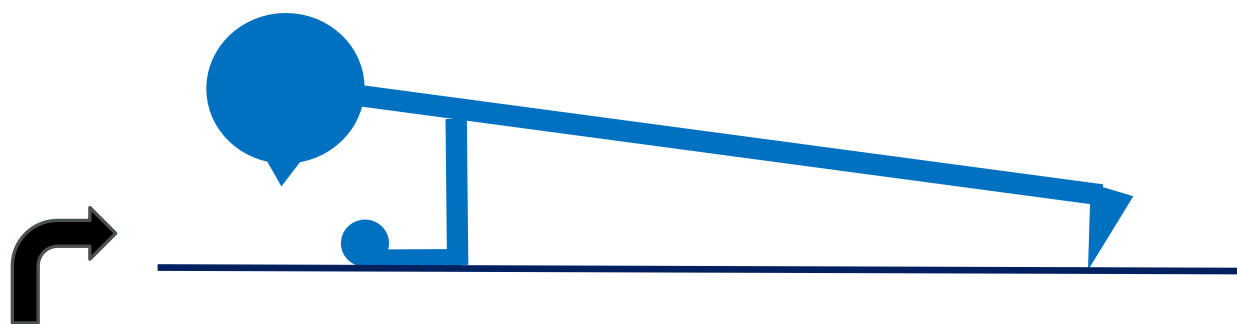


体幹トレーニング



この絵が気になった方はこちら↓↓

日時：10月29日（水）

18：30～20：00

場所：宮の沢若者活動センター

1F 表現活動室

対象：おおむね15～34歳

参加申し込み

：窓口か電話でご連絡ください

内容：自宅でも出来る簡単な
ストレッチを取り入れながら、
楽しくトレーニングを行います！

連絡先：671-4111

宮の沢若者活動センター 担当：横内