



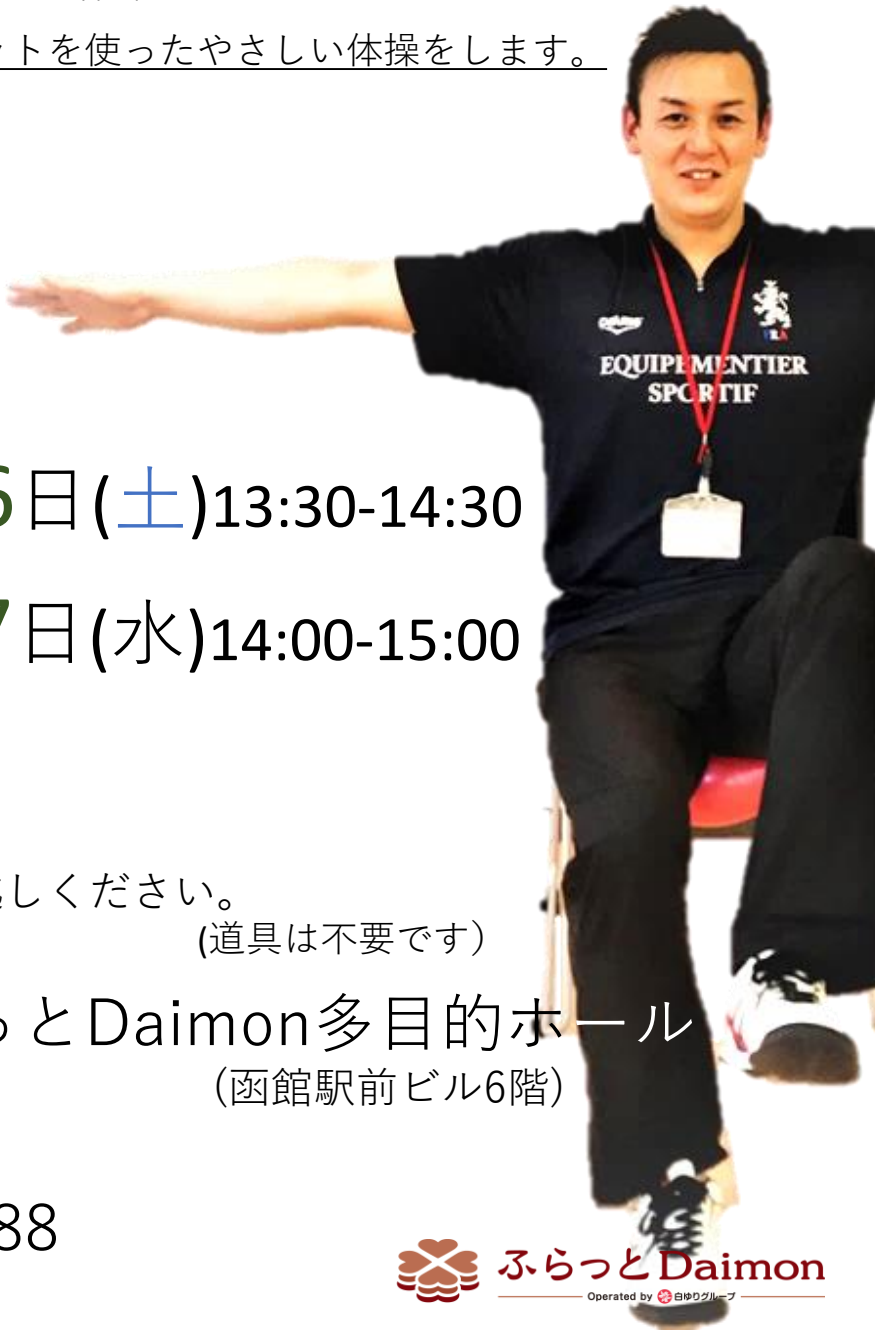
# 健康体操

田村 大輔先生

▼こんな方におすすめです▲

- ・激しい運動が難しい方
- ・健康体操に行ってみたいけど悩んでるという方
- ・たまにはやさしい体操もしたい方

主に椅子やマットを使ったやさしい体操をします。



4月 6日(土)13:30-14:30

17日(水)14:00-15:00

※動きやすい服装でお越しください。  
(道具は不要です)

会 場 ☀ ふらっとDaimon多目的ホール  
(函館駅前ビル6階)

受講料 ☀ 300円

問合せ ☀ 26-1188