

ナイト フィットネス



楽しく運動習慣を一緒に身につけませんか？

日時：全6回 火曜日 18:30～20:00

**11月10日、17日、24日、12月1日、8日
1月26日(フォローアップ教室)**

場所：福祉保健会館（裾野市石脇 524-1）

対象：40歳～64歳の方

（裾野市に在住または通勤している方）

申込み：10月13日～11月2日までにお電話ください

定員：先着20名

定員になりしだい締め切ります

運動不足の方・運動習慣を身につけたい方、一緒に運動を始めましょう！



詳しくはこちら

担当インストラクター：遠藤香里先生



裾野市健康推進課
055-992-5711