

心も体も癒されるひとときを過ごしましょう



アロマリラックス体操

参加費無料

女性会員限定

日程

2026. **6.11** 木

時間

10:00~11:00 (開場9:30)

場所

あげお富士住建ホール(文化センター)

多目的室205(2階東側つきあたり)

住所

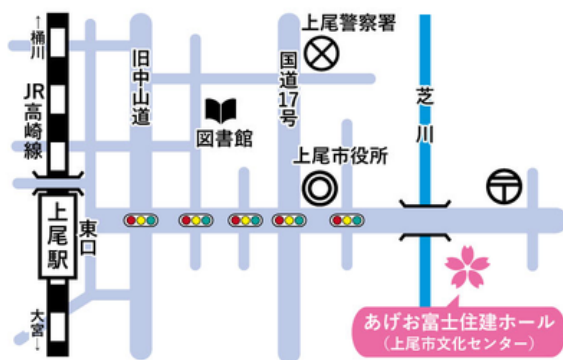
上尾市二ツ宮750番地

定員

先着30名

持ち物

- ・ 大判タオル または ヨガマット
- ・ 汗拭き用タオル
- ・ 水分補給用の飲み物
- ・ 運動出来る服装と室内履き (素足になれるような服装)



お申込み

上尾市シルバー人材センター



048-779-5525

〒362-0011

上尾市大字平塚3001番地

申込締切

2026年6月5日(金) 17時まで