

椅子に座りながら、音楽で楽しく元気に！

参加費無料

ズンバゴールド®で

健

康

体

操

(承認No.39479)



日時 令和8年 10月 8日(木) 10:30～12:00

会場 豊田福祉センター 3階大会議室
(磐田市弥藤太島500番地1)

対象者 磐田市内在住の60歳以上の女性

定員 20名程度 (要申込)

持ち物 水分補給の飲み物、汗拭きタオル

お願い Tシャツやジャージなど運動しやすい服装、運動靴で
ご参加ください。(つっかけサンダルなどは×)

【申込について】

先着順で受付します。
定員に達し次第、
募集を締め切ります。

▼ お問い合わせ・お申込みはこちら ▼

公益社団法人 磐田市シルバー人材センター
磐田事務所 ☎ 0538-37-0055