

参加費
無料

令和6年7月女性部会
ハッピー講座

健康ストレッチ



正会員
対象

大人気の
先生

無理なく体を伸ばすストレッチ
体の隅々まで伸ばして、筋力もアップ

講師：野口信貴先生

- 1 月日 令和6年7月24日（水）
- 2 時間 13時30分から（約1時間30分）
- 3 場所 （公社）長崎市シルバー人材センター
長崎市岡町2-13
- 4 参加費 無料
- 5 定員 20名（先着順）
- 6 申込先 お電話で事務所まで

（公社）長崎市シルバー人材センター



095-842-9500