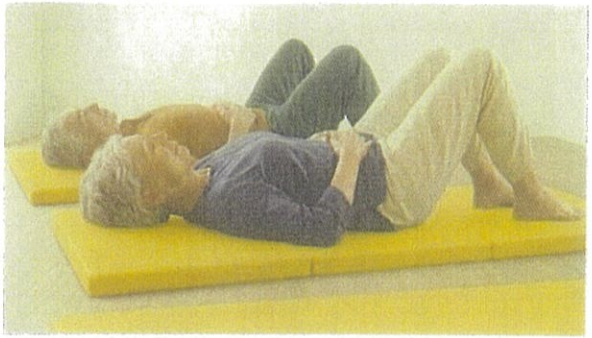
寝転がってラクラク！

姿勢改善体操教室

11月25日（水）14:00～15:30

場所	小矢部市シルバー人材センター　2階会議室
講師	NPO法人おやべスポーツクラブ　（浦島氏）
対象	小矢部市シルバー人材センター　正会員
定員	12名
会費	無料
持ち物	動きやすい服装、タオル、飲み物

みんなで、楽しく
健康づくり



柔らかいマットの上で行います

ゆっくり優しいストレッチです

お申込み
公益社団法人　小矢部市シルバー人材センター
(0766) 67-4804 [平日8:15～17:15]
oyabe@sjc.ne.jp