

令和元年度南花台公民館・公民館クラブ「ゆっくりつく体操」共催事業

身近な公民館をのぞいてみよう!!

公民館クラブの活動が体験できます。ぜひ、ご参加ください。

ゆっくりつく 健康体操



健康体操 体験講座

南花台公民館で活動している健康体操クラブの体験講座です。

令和2年

日時 **1** 月 **18** 日(土)

午後 1 時 ~ 2 時 30 分

肩こり 腰痛 予防体操

場 所 南花台公民館

定 員 市内在住・在勤及び在学の方5名(先着順)

参加費 **無料**

持ち物 バスタオル、タオル、お茶(飲み物)、上靴

服 装 動きやすい服装

申込み 12月14日(土)午前9時より
南花台公民館へ(電話可)



南花台公民館 TEL63-1131

開館時間:午前9時~午後5時(月曜日休館)消防署南出張所隣

人・自然・歴史・文化輝く ふれあいと創造のまち 河内長野