

平成29年度 維新公園健康体操教室～ストレッチ&リズムダンス～(第2期) 開催要項

1 趣 旨

楽しく継続できる健康体操・ストレッチング方法やリズムダンスを学び、日常生活の中に取り入れることにより、健康の保持増進を図る。

2 開催日 (全12回)

10月 13日 (金)、27日 (金)

11月 10日 (金)

12月 8日 (金)、15日 (金)、22日 (金)

1月 12日 (金)

2月 2日 (金)、9日 (金)、16日 (金)

3月 9日 (金)、16日 (金)

3 時 間

午前9時30分から午前11時30分まで

4 会 場

維新百年記念公園 スポーツ文化センター 武道館

5 講 師

スタジオF副代表 たけ うち よし え
武 内 良 笑 先生

6 種 目

健康体操・ストレッチング・リズムダンス

7 受講料

1回につき500円 (毎回、会場受付でお支払ください。)

8 その他

運動が出来る服装でお越しください。

9 主 催

一般財団法人 山口県施設管理財団

【お問い合わせ先】

一般財団法人 山口県施設管理財団 サービス課

TEL 083-922-3712

FAX 083-928-3374