

ボールエクササイズ教室



参加者募集

【日 程】 6月15日・22日・29日・7月6日
水曜日・全4回

【時 間】 午後2時～3時30分

【会 場】 三和保健福祉センター 多目的ホール

【対 象 者】 60歳以上の市民

【募集人数】 先着10名

【内 容】 バランスボールを使った運動

【参 加 費】 無料

【申込受付】 5月6日(金) 午前9時から
窓口か電話でお申し込みください

市原市海士有木225-4

三和保健福祉センター(サンハート)

☎37-7100

