

令和6年度

インストラクターと一緒に!!



しぞ〜か でん伝体操

でん たいそう

・開催日: 1月14日(火)

参加無料
予約不要

・時間: ① 10:00-12:00

② 13:00-15:00

・講師: でん伝体操インストラクター

・対象: 健康に興味のある方・体力低下が気になる方

・持ち物: 飲み物・タオル



①体操の前に、

筋肉量等の測定を行います!

②ちゃきちゃき体操、わくわく体操の
体験もあります。

【会場】

かけこまち七間町

電話: 054-204-1541

静岡市葵区七間町5-8