

ルチア

地域で気軽に楽しめる年齢
問わずの教室です。

エアロビやヨガのような動きも含み、
スポーツインストラクターのメンバー
さんが、わかりやすく誘導してくれま
した。体を動かしながら笑い合え
るっていいですね♪

R6. 9/19(木)見学

ルチア

リズム体操&貯筋(健康体操教室)

と き : 月1回木曜日 午前または午後

と ころ : 公民館貫井北分館

参加費: 無料

問合先: lucia.link23@gmail.com(阿萬)

