

からだポカポカ健康体操教室

新規開講

☆日 時	毎月（4回）のコース（水曜又は日曜日）
	10／3、10、17、24（水曜日）
	11／7、14、21、28（水曜日）
	12／5、12、19、26（水曜日）
	10／7、14、21、28（日曜日）
	11／4、11、18、25（日曜日）
	12／2、9、16、23（日曜日）

- ① 午後1時30分～2時30分
- ② 午後3時～4時

☆定員 各先着20名

☆対象 18才以上

☆参加費 2000円／月

☆持ち物 ヨガマット又はバスタオル、飲み物、運動のできる服装



☆体を動かして、血流を促進。
運動不足の解消と、冬を乗り切る体力作り☆

◆問合せ◆

豊田地域文化広場

☎0565-53-0671

豊田市西田町けやき1番地

指定管理者：ホームックス株式会社

◆申込み◆

参加費を添えて受付まで

10月分：9月12日（水）

11月分：10月10日（水）

12月分：11月11日（水）

それぞれ10時～

＜注意事項＞

当施設の教室（講座）では、自己責任によるケガや破損などの損害、他人にあてた損害等の保険には加入していません。

心配な方は任意で保険への加入をお勧めいたします。

お申込み後のキャンセルは、参加費の返金できません。ご了承下さい。