



こちよいリズムにのって健康チェック！

リズム& ストレッチ体操 無料体験会

参加者募集！

インストラクターは…
高田 郁代

！ 6月から、毎週水曜日の午前中に教室の開講を予定しています。

日時： 5月26日(水) 10:15～11:45

※体を動かすのは1時間程度です

場所： 井上公園水泳場 2Fスタジオ

対象： 成人男女

募集人数： 20名(先着順)

持ち物： ヨガマット、飲み物、フェイスタオル

楽しくリズムにのって身体を動かします。

肩こり、腰痛予防に

健康チェックしませんか!?



【 受付期間・場所 】

5月11日(火)～5月20日(木) 9:00～21:00 ※月曜休み

いさとスポーツクラブ受付 (担当:小倉)

☎(0565)44-0050

直接窓口または、お電話でお申し込みください。

