



呼吸やストレッチ、簡単な運動で

心と体の元気力アップ★

遊 悠 元 気 塾

日時

金曜日 9時30分～11時00分(全10回)

月	日
9月	12日、19日、26日
10月	3日、10日、17日、24日31日
11月	7日、14日

定員 30名

参加料 5,300円
(10回分)

場所 水橋会館 多目的ホール
(富山市水橋辻ヶ堂 1275-30)

対象 概ね60歳以上 講師 林 真寿美氏

申込方法 富山市スポーツ協会ホームページから申込

申込期日 8月5日(火)～8月31日(日)

持ち物 内履き、タオル、飲み物



スポ協HP

問い合わせ (公財)富山市スポーツ協会

富山市婦中町速星 754 (婦中行政サービスセンター 2階)

[TEL] 076-432-1117 [FAX] 076-405-9390

LINE公式アカウント

友達登録はこちらから



あなたが今! 知りたい情報をすばやくGET!!