

公民館等開催講座

⑱ 血液循環体操

血液循環体操を通して健康の大切さや健康維持を実践的に学び習得します。

- 【日 程】 2月2日(金) ～ 2月23日(金) 10:00～12:00 (全4回)
【会 場】 南鳩ヶ谷公民館 2階ホール
【定 員】 30人
【受 講 料】 100円(保険料)

第1回 2月 2日(金)	健康体操～血液循環体操～①	魅学登録者 宮森 宏史
第2回 2月 9日(金)	健康体操～血液循環体操～②	
第3回 2月16日(金)	健康体操～血液循環体操～③	
第4回 2月23日(金)	健康体操～血液循環体操～④	

- 【募集期間】 1月12日(金)～1月26日(金)
受付時間 9:00～16:00
【申込方法】 南鳩ヶ谷公民館の窓口で直接、保険料を添えてお申込みください。
(往復はがきでのお申込みはできません。)
先着順に受付し、定員になり次第締め切りいたします。
詳細は、南鳩ヶ谷公民館にお問い合わせください。



南鳩ヶ谷公民館
所在地：川口市南鳩ヶ谷5-13-7
電 話：048-285-2400
交 通：埼玉高速鉄道南鳩ヶ谷駅
[出口2]から徒歩5分
《JR西川口駅東口バス》
(西川05)市立高校循環
⇒「中居」下車、徒歩5分