

楽しい健康体操

～手話動作を取り入れて～

簡単なダンスと歌に合わせて体を動かす手話動作を取り入れた体操です。
年齢、体力を問わず誰でも楽しめます。笑って動いて寒さを吹き飛ばしましょう。
どうぞ気軽にご参加下さい。

日時 … 2月8日(土) 午後2時～3時30分

会場 … 城山病院 管理棟1階 組合員スペース

費用 … 無料

講師 … 田中 和江さん

定員 … 先着25名

服装 … 動きやすい服装でご参加下さい。
タオルや飲み物もお持ち下さい。



お申し込み・お問い合わせ

2月7日(金)までに八王子保健生活協同組合事務局へ電話でお申し込み下さい。
※定員になり次第、受付を終了させていただきます。

電話 **042-661-4413**

八王子保健生活協同組合 事務局 (担当:山口)

【会場へはシャトルバスが便利です】



-シャトルバス最寄り時間のご案内-

- 高尾駅北口シャトルバス発着場発
午後1時20分 午後1時50分
- 城山病院発
午後3時40分 午後4時10分