



きくの里フィットネス



# 毎月第1火曜日は特別講座

🕒 開催時間：13：30～14：30

👉 ご参加には事前のお申込みが必要です

※特別講座開催中はマシン等使用できませんのでご注意ください

## 特別講座の予定

| 日付          | 内容                                                                                                                                     | 定員  | 申込開始       |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------|
| 8/5<br>(火)  |  <b>体力測定会</b><br>今の体の元気さをチェック！                        | 15名 | 7/2<br>(水) |
| 9/2<br>(火)  |  <b>楽しいペタンク</b><br>ボッチャに似た、どなたでも楽しめる<br>レクリエーションです！ | 20名 | 8/4<br>(月) |
| 10/7<br>(火) |  <b>3 B体操</b><br>音楽に合わせて体を動かします♪                    | 25名 | 9/2<br>(火) |

※ 日程・内容は変更になる場合があります

**通常のきくの里フィットネスは14：30開始！！**

**谷塚駅 ⇄ きくの里 (近隣の乗降場) 送迎実施中**

申し込み・問い合わせ先

社会福祉法人草加市社会福祉事業団

草加市在宅福祉センターきくの里



事業団HP



Facebook



きくの里HP



**048-929-3611**

