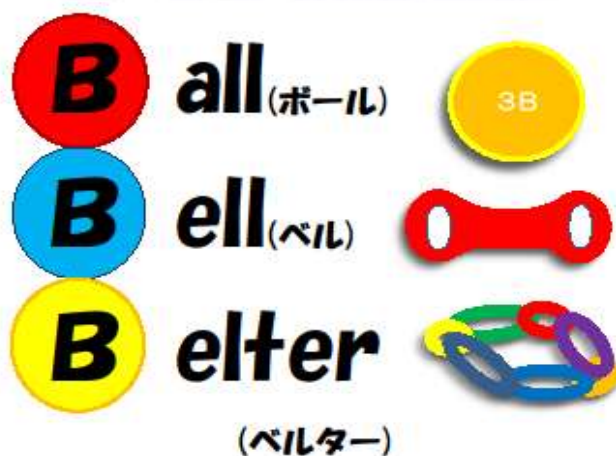


3B体操

参加者募集



3つのBのつく道具を使った**3B体操**。

音楽に合わせて、楽しく
リズミカルに体を動かす
誰にでもできる**楽しい体**
操に参加してみませんか。

「運動したいけど、できるかな・・・」と
思っている方こそ、**ピッタリ**な体操
です。

☆ 期 日 7月21日(金)～9月15日(金) (全5回)

※毎月第1・3金曜日 10:00～12:00

☆ 場 所 西公民館 ホール

☆ 講 師 公益社団法人 日本3B体操協会公認指導者

★ 大貫 幸子 氏

☆ 費 用 無料

☆ 定 員 20名

☆ 申 込 み 電話又は直接来館ください。

☆ 募集期間 6月1日(木)～ 定員になり次第締切



申込み・問い合わせ：西公民館 ☎37-1677

