



中国体操 & ストレッチ



★中国体操とは・・・

練功十八法という非常にゆっくりとした動きを曲に合わせて行い、肩こり・腰痛・膝痛の解消が期待できる健康法です。



日時：平成30年4月4日～6月27日 毎週水曜日

(※4/11、5/2、5/23を除く)

午前9時30分～10時30分(60分)

会場：相模原ギオンスタジアム 会議室

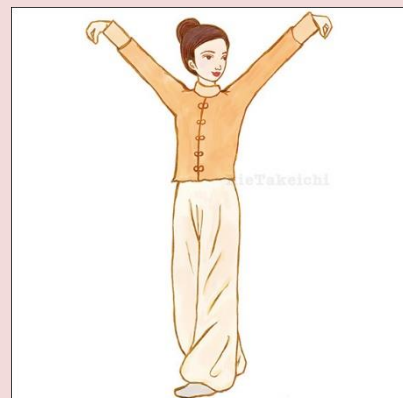
年齢：18歳以上の方

定員：20名(申込順)

※健幸ポイント制度対象

参加費：5,000円(全10回分)

申込：電話・FAX・メール・HPの教室申込フォーム・直接窓口で、
住所・参加者氏名(フリガナ)・電話番号・年齢をお伝えください。



〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL：042-777-6088

FAX：042-777-0161

メール：asamizo-stadium@dream.jp

HPアドレス：<http://www.asamizo-stadium.jpn.org/>

相模原ギオンスタジアム

広報さがみはら

3月15日号掲載

