

# クリスマススペシャルレッスン



あなたに健幸ボックスをプレゼント!  
誰でもできる簡単な動きで、  
60分楽しく動きましょう!  
どなたでも参加できます!



日時

12月24日(火) 10:30~11:30(60分)



場所

ミーティングホール



参加費

無料!



定員

30名(日常動作に支障のない程度に動ける方)



持ち物

- ★運動しやすい服装
- ★室内用シューズ
- ★水分補給できるもの



受付、もしくは電話にて参加ご予約ください!

☎ 0863(32)-3709