

ストレッチ

参加
無料

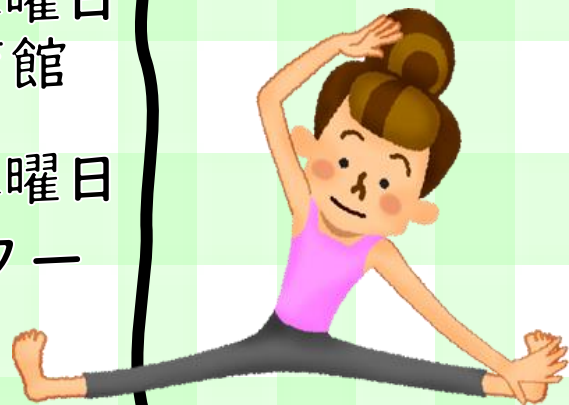
運動教室

日時・場所

6月3、10、17日 ※各水曜日
八幡平市総合運動公園体育館

6月4、11、18日 ※各木曜日
荒屋コミュニティセンター

13:30~14:30



知らず知らずにうちに
体はかたまってきてい
ます。ストレッチでほぐ
して心も体も頭もスツ
キリさせましょう。

見違えるような明日が
待っているかも…

ご参加お待ちしております(^o^)

講師

西館 敦

(いちのへサンビレッチクラブ)

屋内シューズ、タオル、飲み
ものなど、必要な物は各自
でご用意ください。



申込・お問合せ

八幡平市体育協会 0195-70-1600