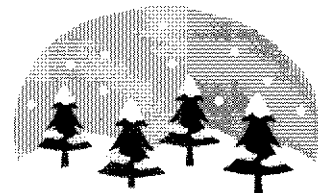


# サロン ☆ 粕谷 ☆



## ダンディエクササイズ

男性のための体操サロンです!!

お一人でも、お仲間と一緒にでも大歓迎!

今後の体力維持のために、楽しく元気に体操しましょう!

ゴルフやハイキングなどにもきっと役立ちますよ!

(第1水曜は、保健センターの運動指導員が講師として来てくれます。)

開催日: 第1・3水曜日 10:00~11:30

参加費: 200円/回

場 所: 都営粕谷二丁目アパート集会所  
(粕谷2-19)

~今後の予定~

12月4日(水)・18日(水)

1月15日(水)

1月は第3水曜日のみの開催となります。  
この日は体操後に「新年会」も予定しています。

2月5日(水)・19日(水)

3月5日(水)・19日(水)



※状況により、開催予定日及び開催場所が変更する場合があります。  
参加をご希望の方は、一度下記までご連絡ください。

〔お問合せ・お申込先〕

- ① 上祖師谷地区事務局 (櫻井・土釜) TEL 070-3946-9805
- ② 烏山地域社会福祉協議会事務所 TEL 03-5314-1891

※ダンディエクササイズは社会福祉協議会が支援する「ふれあい・いきいきサロン」です。