

「みらい平コミュニティセンター講座」受講生募集

# バランスボールで健康ライフ

バランスボールで楽しく体力作り！  
毎日を健康にエンジョイしましょう！

☆講師 豊島 由恵

☆日時 1月21日(木) 14:00~15:00

☆会場 多目的室

☆対象 市内在住在勤の20歳以上

☆受講料 無料(バランスボールは各自で用意)

☆定員 10名



## 【申込み方法】

みらい平コミュニティセンター1階事務室にて受付します。

申込み用紙に必要事項を記入しお申込みください。

申込み用紙は事務室にあります。

申込み〆切日：1月14日(木) ※定員になり次第締め切ります

定員に満たない場合開講しないこともありますので、ご了承ください。