

令和3年度

「つくばみらい市立コミュニティセンター講座」受講生募集



スローエアロビック



高齢者や体力のない運動初心者の方でも気楽に
実践できる、簡単な動きを反復して楽しむエクササイズです

☆講師 宮本 真理子

☆日時 8月25日(水)
14:00~15:00

☆会場 板橋コミュニティセンター 多目的室

☆対象 低体力の方

☆受講料 500円

☆定員 16名

【申込み方法】

みらい平・板橋コミュニティセンター事務室にて受付します。
申込み用紙に必要事項を記入し、受講料を添えてお申込みください。
申込み用紙はみらい平・板橋コミュニティセンター事務室にあります。
申込み〆切日：8月24日(火)
※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。

【コミュニティセンター所在地】

◇みらい平コミュニティセンター	： つくばみらい市紫峰ヶ丘 4-4-1	☎0297-38-7240
◇谷井田コミュニティセンター	： つくばみらい市谷井田 1960	☎0297-57-8551
◇小絹コミュニティセンター	： つくばみらい市小絹 848	☎0297-52-0789
◇板橋コミュニティセンター	： つくばみらい市板橋 2675-1	☎0297-58-9797