

「レッツ！たいそう」運推といっしょに③

少し早い

笑顔で手足を、動かしましょう！



クリスマス！

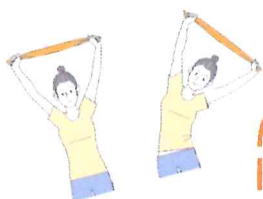


開催日時

令和8年11月27日（金）9：30～11：30

会場

ナビプラザ5階 ナビコンパス（近鉄大和八木駅南）



ストレッチ・歌教室・指のストレッチ・ドンパン節・
ためになるお話・あんたがたどこさ・脳トレ
今治タオル体操・ステップ体操（クリスマスイブ）



- ◇ 申し込み不要 自由参加（先着30名様）
- ◇ 参加費無料
- ◇ 動きやすい服装
- ◇ タオル・飲み物



お問合せ

0744-23-3360 平井

主催

橿原市運動普及推進員協議会