

イスに座って
無理なく簡単にできる体操で
健康に過ごせる体を作りましょう！

健康リズム体操



9月1日(月)

9月9日(火)



時 間： 13:30～14:15

場 所： ウォーターパレスKC2階
多目的ルーム

参加費： 1回 550円

持ち物

運動ができる服装
タオル
飲み物

※室内シューズは必要ありません。

お申込

8月19日(火)
14:20より受付開始
(定員18名)

参加費は当日、現金にて
お支払いください。

イスに座って
無理なく簡単にできる体操で
健康に過ごせる体を作りましょう！

健康リズム体操



9月22日(月)

9月30日(火)



時 間： 13:30～14:15

場 所： ウォーターパレスKC2階
多目的ルーム

参加費： 1回 550円

持ち物

運動ができる服装
タオル
飲み物

※室内シューズは必要ありません。

お申込

9月9日(火)
14:20より受付開始
(定員18名)

参加費は当日、現金にて
お支払いください。

お問い合わせ先

刈谷知立環境組合余熱ホール

営業時間 9:00-21:00 <定休日>毎月最終月曜日(7月8月は無休)

ウォーターパレスKC

☎0566-24-6261