

# おととと 防止 体操教室



シニアのための  
健康体力づくり体操教室！

バランス感覚や筋力を鍛え、転倒の予防を目指していきます。

担当 砂田

日時

8月28日（木）  
10：00～10：45

場所

ウォーターパレスKC 2階 フィットネススタジオ

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。

お申し込みは、  
**7月17日（木）より**  
窓口もしくは  
下記の電話番号にて  
お気軽にご連絡ください。

参加費：550円/回

参加費は当日、現金にて  
お支払いください。

要事前予約／定員16名

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