

掲示

増尾ジェンヌの会より for you

第2弾&楽しい有酸素運動

日時：2025年5月14日(水)

10:30~11:30

場所：ふるさと会館 2階

持ち物：タオル・飲み物
動きやすい服装で
お越しく下さい。

#ストレス解消 #きれいな筋肉
#健康寿命の延伸 #楽しい運動

講師 藤井 比加里

参加費無料

問い合わせ先
増尾ジェンヌの会の代表
増田きぬ子 (080-3177-8252)