

多治見市健康づくり推進員と一緒に、
床にマットを敷いて体を動かします。



筋力アツプ体操 床バージョン

参加無料

申込み不要
単発・飛び込みの
参加也大歓迎！

毎月第1水曜日
13:30~14:30開催

4月	休み	10月	7
5月	6	11月	4
6月	3	12月	2
7月	1	1月	6
8月	5	2月	3
9月	2	3月	3

持ち物

室内シューズ



飲み物



タオル

ヨガマット

またはバスタオル



※昼12:00の時点で多治見市に警報が発令されている
場合は中止となります。

会場
問合せ先

脇之島公民館

☎0572-25-5611

〒507-0826 多治見市脇之島町6-31-3