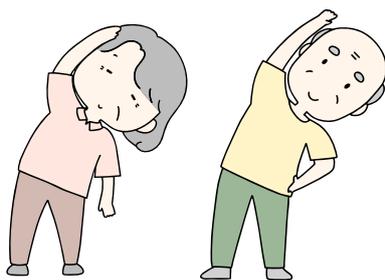


体操で健康になろう



いきいき運動広場

日時

毎週木曜日 13:00～14:30

場所

シピィ (SIPY) 2階

越前市新町7-8

日程

4月...10日、17日、24日
5月...1日、8日、15日、22日、29日
6月...5日、12日、19日、26日
7月...3日、10日、17日、24日、31日
8月...7日、21日、28日
9月...4日、11日、18日、25日
10月...2日、9日、16日、23日、30日
11月...6日、13日、20日、27日
12月...4日、11日、18日
1月...8日、15日、22日、29日
2月...5日、12日、19日、26日
3月...5日、12日、26日

内容

お話
動画を見ながら体操

持ち物

タオル 水分

参加費

100円

服装

動きやすい格好

お問い合わせ

越前市役所 長寿福祉課



22-3784