

夜の エクササイズ

講師付きで参加費無料の講座です。この日は仕事や家事を切り上げて、カラダもココロもリフレッシュしましょう！！

脂肪燃焼！

ボクシング エクササイズ

申込なし！
無料！！

講師 小浜 美智代 氏

9月11日(水)	片瀬しおさいセンター 体育室 午後 7:00～8:00
10月 9日(水)	
11月 6日(水)	
12月 4日(水)	

- ・対象者 : 藤沢市在住・在勤・在学の方
- ・持ち物 : 室内シューズ、汗拭きタオル、飲み物

問合せ

片瀬公民館（本館）（平日午前8:30～午後5:00）
☎ 0466-29-7171 FAX 0466-25-8907

片瀬公民館の講座/イベントに関する情報はこちらから
（片瀬公民館HPへ）→

