

令和8年度 膝腰サポート塾復習講座のご案内

- 日程: 下記のとおり
- 時間: 13時～14時30分 または 15時～16時30分
- 対象: 過去に膝腰サポート塾を受講したことがある人
- 参加費: 300円/回
- 持ち物: 上履き、ヨガマットまたはバスタオル、
水分補給のための水またはお茶、汗拭きタオル
- 申込み: 基幹地域包括支援センター(273-1111)まで
電話で申し込んでください ※随時受付可能



ことぶきアリーナ (剣道場)	戸倉創造館 (大ホール)
4月10日(金)	4月24日(金)
5月8日(金)	5月22日(金)
6月12日(金)	6月26日(金)
7月3日(金)	7月17日(金)
8月7日(金)	8月28日(金)
9月4日(金)	9月18日(金)
10月2日(金)	10月23日(金)
11月6日(金)	11月27日(金)
12月4日(金)	12月25日(金)
1月8日(金)	1月22日(金)
2月26日(金)	2月19日(金)
3月5日(金)	3月19日(金)

☆申し込んだ人はどちらの会場も参加可能です！☆



お問い合わせ
基幹地域包括支援センター
☎ 026-273-1111(内線1181)