

ダンベル体操 フレッシュ 体験講習会



10月21日(火)・28日(火)

19:00~20:40

1日のみの参加可

■会場：庄内コラボセンター4階第1ダンス練習室

■内容：普段使わない筋肉を動かしましょう！

■講師：大阪行岡医療専門学校非常勤講師

中瀬 義弘さん

■定員：18歳以上 各回3人 ■費用：無料

■持ち物：飲料水・運動のできる服装

あればダンベルを持参してください。



10月7日(火)10:00～ 電話受付。先着順。



■阪急宝塚線「庄内駅」から600m

お問い合わせ

庄内コラボセンター・庄内公民館

〒561-0833

豊中市庄内幸町4-29-1

電話：06-6334-1251



庄内公民館HP