



さんびー
たいそう

3B体操は用具を使って

誰でも無理なくできる楽しい体操です！

3B体操

《とき》12月18日（水）午後1時30分～3時

《場所》城東区老人福祉センター 大広間

《講師》高橋 恵子さん

《費用》無料 《定員》30名（先着）

《対象》利用証をお持ちの方

※動きやすい服装でおこしてください

《受付》12月5日（木）午前10時より

ご本人様が来館にて受付