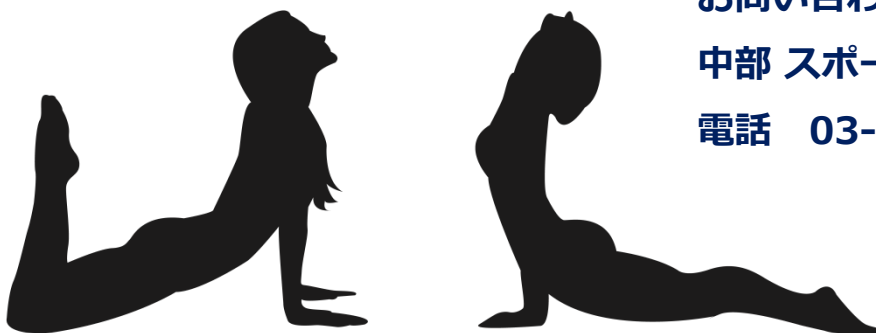


中部スポーツ・コミュニティプラザ  
初めてストレッチ教室（初心者向け）

スポコミ  
DAY!

～ 参加要項 ～

日程	2月18日（日） 1回目 10:00～10:30 2回目 11:00～11:30
場所	多目的室
定員	15名
対象	18歳以上成人
参加費	無料 ※一般参加も可能です
講師	専門指導員
内容	身体をリフレッシュさせるストレッチを行います。初心者向けですのでお気軽に！ ご家庭に帰っても続けて行っていけるような簡単なストレッチを伝授いたします！ ※動きやすい服装でお越しください
申込方法	先着順！定員になり次第締め切らせて頂きます。 受付にてお申込み下さい（締切：開始10分前）



お問い合わせ

中部 スポーツ・コミュニティプラザ

電話 03-3363-0608