

# 二中支部

講師と一緒にいるとてもゆる～い体操です。  
どなたでも参加できます。見学だけでもOK！  
一緒に体を動かしませんか？  
合言葉は「来たときよりもスッキリ！」  
皆様のご参加をお待ちしております。

## 今後の活動予定

### <定例の活動>

#### 【健康体操】

日にち：毎月第1、第3月曜日

令和5年 8月21日

9月 4日

10月 2日、16日

11月 6日、20日

12月 4日、18日

令和6年 1月15日

2月 5日、19日

3月 4日、18日

※公民館の都合等でお休みの場合もあります

時 間：10：00～11：30

会 場：二中地区公民館（木田余1675）

持ち物：ヨガマットまたはバスタオル、フェイスタオル、飲み物

参加費：500円（講師謝礼）

※予約は不要ですので、直接会場へお越しください！