

リズムに合わせて楽しく運動♪ 筋力アップにつなげよう!

# リズム筋トレ



参加費用  
**無料**

**3 / 3 (火)** 10:00~12:00 (受付 9:30~)

★2/27のリズム筋トレに参加していない方が優先です

## 講師

医療法人 はあとふる  
Eudynamics ヴィゴラス

**健康運動指導士**

## 場所

羽曳野市立

**保健センター**

## 定員

羽曳野市民対象

**20名**

## 持ち物

筆記用具・タオル・水分(水筒またはペットボトル)  
※運動しやすい服装と運動靴(サンダル類は不可)でお越しください。

★必ず**事前にお申し込みが必要**です!! お電話または来所にてお申し込みください。

お問い合わせ先

**羽曳野市健康増進課**

☎072-958-1111(代表)

☎072-947-3660(直通)

羽曳野市誉田4丁目1番1号  
(羽曳野市役所1階⑥番窓口)

(平日 9:00~17:30)

羽曳野市LINE公式アカウント



お友達  
募集中

