

回 覧

領家自治会会員各位

2025 年 8 月 2 日

領 家 自 治 会

領家サロンのお知らせ

森先生の「健康体操教室」を開催しております。

心地良い汗をかきませんか？

ストレッチ運動やタオル体操など楽しく身体を動かしてます。

どうぞ皆様 お友達とお誘い合わせてご参加ください。

9月・10月 領家サロンのご案内

- と き 9月18日(木)
10月16日(木)
午前10時から11時30分
- ところ 領家クラブハウス2番館
- 内 容 「健康体操教室」
講師 森 初美さん
- 持ち物 運動靴(上履き)、タオル
- 参加費 100円



仲間づくり・健康づくりを
しませんか！
直接会場に
お越しください。

2025年度開催日 (8月はお休み)

4/17 ・ 5/15 ・ 6/19 ・ 7/17 ・ 9/18 ・ 10/16

11/20 ・ 12/18 ・ 1/15 ・ 2/19 ・ 3/19

共 催 領家自治会・中川地区保健活動推進委員会
世話人 萩原 紀子(3丁目) 811-1197