



味方・月潟地区公民館連携事業

体幹・



健康づくり教室

気軽にできるトレーニング入門！

日時：9月19日、26日、10月3日（木曜・3回）
各回とも 午後7時～8時（1日のみの参加も可）

会場：味方公民館（味方郵便局の近くです）

講師：白根カルチャーセンタースタッフ

定員：成人 25名（申込多数の場合は抽選）

参加費：無料

申込期限：9月4日（水）まで



申込はこちら

いずれかの方法で、期限までに申し込んでください。

① スマートフォンでの申し込み

右の二次元コードから申し込みできます。



② お電話での申し込み

味方地区公民館事務室 ☎025-373-4788

（氏名・住所・日中連絡のとれる電話番号をお伝えください。）

受付時間 平日の午前8:30～17:15まで

