日本舞踊の経験は不要です！

令和３年度 公民館市民教室 第１弾 【参加者募集】

足腰の強化につながる健康法として注目！

# 舞踊体操（ぶようたいそう） 体験教室

▶ 日時：6 月 11 日・25 日（全２回・金曜日） 午後１時 30 分 ～ ３時
▶ 会場：土佐清水市立中央公民館（3 階多目的ホール）
▶ 対象：原則、全日程参加できる方
▶ 定員：20 名　　▶ 参加費無料
▶ 講師：吉田　房江さん（舞踊体操 蓮の会）
▶ お申し込み方法：お電話または中央公民館窓口へ（6 月 9 日締切）

洋服で気軽に参加♪

舞踊体操は、日本舞踊の動きを
体操に取り入れたものです

主催／土佐清水市立中央公民館（〒787-0305　土佐清水市天神町 11-15　TEL：0880-82-0472）　協力／舞踊体操 蓮の会

※マスク着用・手指消毒・検温にご協力願います。新型コロナウイルスの感染状況によっては、延期・中止する場合があります。予めご了承ください。