

2022 移動公民館事業

【参加者募集】 コロナに負けないカラダづくり

すこやか運動教室

日時：6月23日・30日（全2回・木曜日）

午前10時～11時

- ◎会場：下川口市民センター（土佐清水市下川口 984-2）
- ◎対象：原則、全日程参加できる方
- ◎定員：8名 ◎参加費：無料
- ◎講師：松谷まゆみさん（健康運動指導士）
- ◎お申込み：電話または中央公民館窓口へ（6月17日締切）

姿勢を意識し、正しくすることで
健康なカラダづくりにつなげていく教室です
お気軽にご参加ください



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）

※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