

ゆる体操

シニアの方
大歓迎♪

健康教室

気楽で カンタン
おもしろい♪

◆楽に動いて体カアップ
◆道具いらすの楽チン体操!



開催日	2024年	4/ 9	4/23	5/ 7	5/21	6/ 4	6/18	6/25
		(火)	(火)	(火)	(火)	(火)	(火)	(火)

時間 10:00 ~ 11:30 (15分前より受付)

場所 Cブロック パークセンター内 会議室

参加費 各回1,000円 (税込)

定員 15名 (先着順)

持ち物 バスタオル、飲み物、動きやすい服装 (ジーンズ不可)

講師 竹田 茂代 先生 (ゆる体操正指導員)

1回のみ参加でも、
すべての参加でも、
可能です。

申込

3/14 (木) 9:00より
お電話にて (先着順)
043-296-0126

大芝生広場や花時計、わんぱく広場、日本庭園見浜園など、幅広い世代が楽しめる公園!

県立幕張海浜公園

【管理・運営】県立幕張海浜公園みどりと海パートナーズ
 〒261-0021 千葉県千葉市美浜区ひび野2-116
 TEL: 043-296-0126 FAX: 043-296-0128
 公園HP: <https://www.seibu-la.co.jp/makuhari/>
 アクセス: JR京葉線「海浜幕張駅」南口より徒歩10分ほど



感染症等の影響で中止や内容変更になる場合もございます。ご了承ください。お客様の個人情報はイベントの連絡等に使用し、目的以外に利用することはありません。