

笑顔で元気を脳への刺激に変えて

リズムトレーニング

全身で楽しくリズム!

脳を刺激し、心身の健康を育もう!



【スケジュール】
10月11日(日)
14:30~15:10

【対象】
中学生以上

【場所】
ちゃとれ
先着5名(要予約)
【定員/料金】
施設利用料
+300円

♪リズム感アップ 持久力向上 脳への刺激!

【持ち物】動きやすい服、室内シューズ、汗拭きタオル、飲み物

お申し込み・お問い合わせ

北谷町健康トレーニングセンター

or【事前予約制】

※定員になり次第締め切ります。お早めにお申し込みください。

