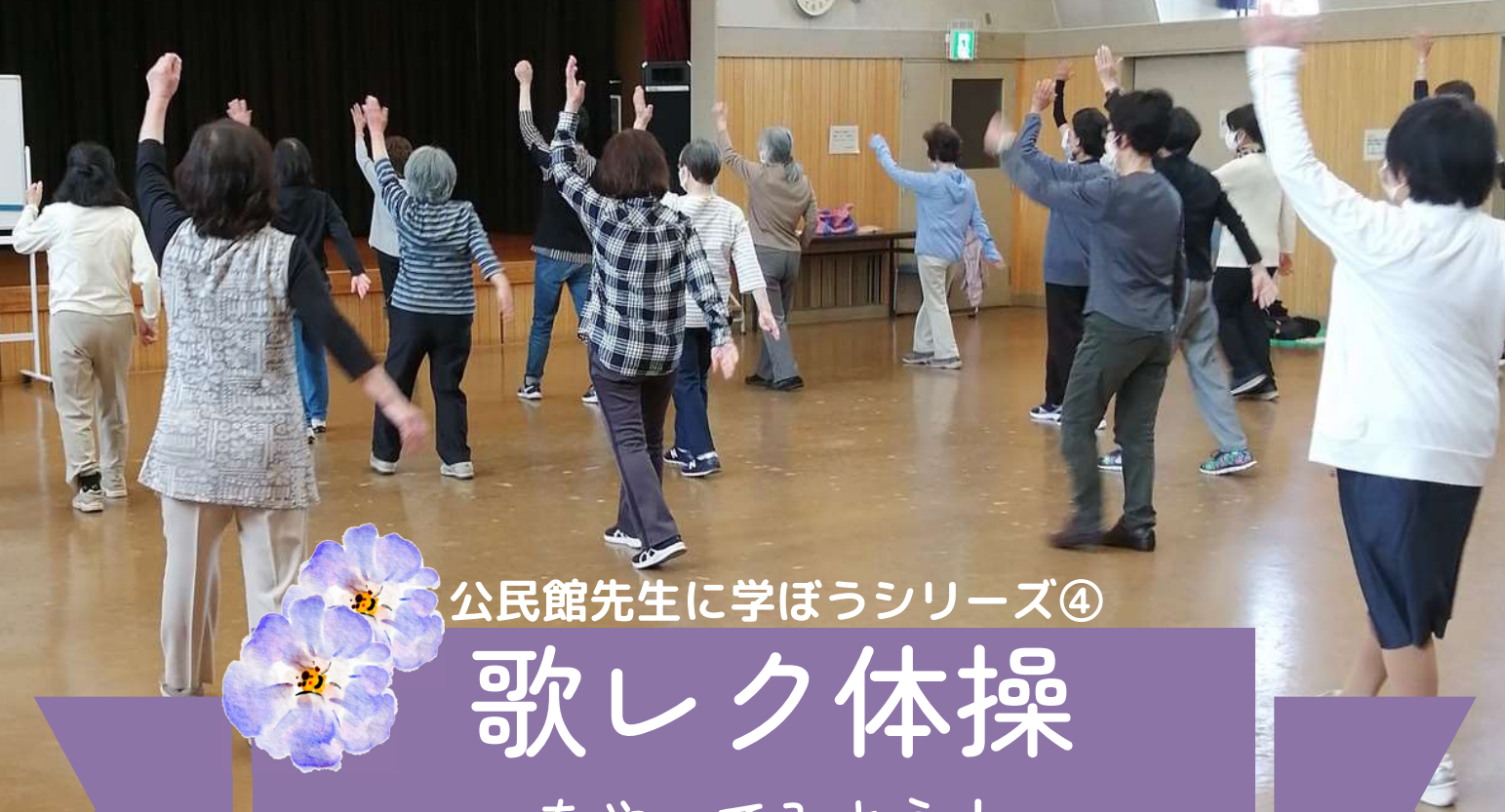


老若男女どなたでも参加OK!




公民館先生に学ぼうシリーズ④


# 歌レク体操


をやってみよう!

music & recreation


日時  7月4日(火) 18日(火)  
10:00-11:00

全2回

場所  宝塚市立西公民館 4階レクルームC

参加費  500円 (2回分・初回参加時に徴収します)

定員  15名程度

講師  公民館先生 嶋田 静子さん

歌レクとは  
歌とレクリエーション  
と体操を一体化した誰  
にでも親しみやすい体  
操です。懐かしい歌を  
歌い、心身ともにリラ  
ックスしてから、馴染  
みの曲に合わせて脳ト  
レ体操や身体の体操を  
行います。

申込み

6月15日(木)

10:00~(先着順)

窓口または電話  
にて受付

お申し込み・お問い合わせ

宝塚市立西公民館

☎ 0797-77-1443 (10:00~20:00)

主催 宝塚市立公民館 (指定管理者: アクティオ株式会社)  
後援 宝塚市教育委員会

西公民館 Instagram



宝塚市立公民館ホームページ  
<http://www.takarazuka-kominkan.jp/>

