

シニアのための

2024年度 元気でいきいき教室

健康ウォーキング

65歳からの無理のない歩き方を学びましょう



毎週金曜日 全5回
14:00～15:30

6/ 14	6/ 21	6/ 28	7/ 5	7/ 12
----------	----------	----------	---------	----------

《募集要項》

【会場】

文京福祉センター
江戸川橋 視聴覚室

【対象】

文京区在住の
65歳以上の方

【定員】 20名（抽選）

【費用】 1,000円
※初回納入

【持ち物】

水分補給の飲み物、
タオルなど

※更衣室をご利用いただけません

講師



関口 東子 先生（健康体操指導者）

申込締切
6/7（金）

お問い合わせ
・
お申し込み

文京福祉センター江戸川橋

〒112-0006 文京区小日向2-16-15

03-5940-2901

