

健康体操を楽しもう！

楽しく体を動かして、リフレッシュしませんか！
誰にでも簡単に出来る健康体操です。お気軽にご参加ください。

日 時	平成24年8月25日(土) 午後1時～3時 (午後0時45分より受付)
場 所	新所沢地区体育館
対 象	新所沢地区在住
内 容	健康体操 スクエアステップの紹介・体験
持ち物	運動の出来る服装 大きいタオル 飲み物 汗拭きタオル 室内履き(運動靴)
定 員	40名 定員を超えた場合は抽選です
申込先	新所沢公民館 04-2924-2955(電話可)
申込期間	平成24年7月27日(金)から 平成24年8月18日(土)まで(月を除く) ただし、定員に達しない場合は 定員に達するまで受け付けます
申込時間	午前8時30分から午後5時まで
指導者	新所沢西地区スポーツ推進委員
参加費	無料



主 催 所沢市体力づくり市民会議新所沢支部、新所沢まちづくりセンター