

体幹トレーニング&太極拳 at ふせ



男性の方も
大歓迎♪

心臓と肺機能を強化して
感染症に負けない身体作りを！！

日時：毎週火曜9：00～11：00

場所：布勢会館

（長浜市布勢町199-1）

参加費：1回300円

申込方法：つどい川村まで（090-6969-3764）

持ち物：水分（たっぷり）、ヨガマット（あれば）
タオル、動きやすい服装でお越しください。



長浜市高齢者活躍よりあいどころ事業

主催 認定特定非営利活動法人つどい

長浜市常喜町885

TEL:0749-57-6777 FAX:0749-57-6778