

1人だと運動する気になれない
きついメニューはイヤ
ちょっとおしゃべりもしたい・・・

そんなあなたに

みんなで楽しくリズム運動♪



Let's! ダンス



見学大歓迎♡

5月より活動開始

運動クラブ

リラの会

活動日：毎月第1・3火曜日

時間：10:15～11:45

場所：木洩れびの家

中央区旭ヶ丘5丁目

(慈啓会特別養護老人ホーム横)

