

「チャレンジデー2016」当日プログラム企画書

団体等名	東岐波市民センター 地域・保健福祉支援チーム		
プログラム名	頭とからだのお元気体操		
プログラムの内容	① 頭とからだのお元気体操 ② 健康づくりに関するミニ講座		
実施時間帯	9:30~10:30 (受付9:15~)		
実施場所	東岐波ふれあいセンター 2階 講堂		
参加人数	20 人	事前申込 (該当に○)	要 不要
参加対象者	特になし ※年齢制限等あれば記入してください。		
申込方法			
参加費用 (該当に○)	無料	有料	(円)
問合せ先	名称 東岐波市民センター 地域・保健福祉支援チーム 電話 (0836) 58-2351		
特記事項	動きやすい服装でいらしてください。 タオル、飲み物は各自でご準備ください。 運動制限のある方は、事前にお問い合わせください。		