

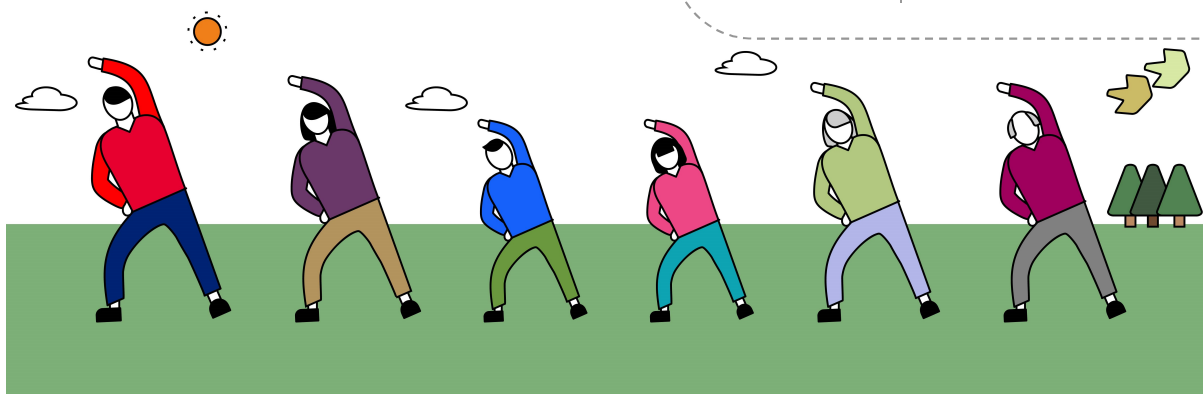
団体名 和楽備ストレッチ・脳トレ&ラジオ体操絆の会

活動内容の紹介

皆様には6時10分頃集合して頂き、6時15分からストレッチ30種類を皆様と共にやっております。15分間の中に脳トレーニングを行います。6時30分から昔からおなじみのNHKのラジオ体操1と2を行っております。決して難しいことはありません。明るく元気になれるものと存じます。

朝の僅かな時間体を動かすだけで健康になれますので、ぜひお気軽に会場へお越し下さい。どうぞお待ちしております。

活動場所	蕨城址公園
活動日	月15回(月・水・金)
時間	6:10~7:00
会費	なし



参加資格 | なし

乳幼児連れの参加 | 参加可能・託児なし | 見学・体験 | いつでも可能

募集 | 随時

ホームページ

備考

連絡先

代表者 | 平田 修正

担当者

連絡先 | 080-4179-6907

メールアドレス | nobumasa_hirata@yahoo.co.jp