

元気に朝トシ!

東エクササイズ冬①②

筋トシをテーマに実施する教室です。
健康維持や運動不足解消の為、一緒に汗を流しませんか?

・日程 1月18日(金)~3月8日(金) 全8回
※予備日 3月15日(金)

・時間 ① 9時10分~10時00分
② 10時05分~10時55分



・場所 福岡市立東体育館 健康体力相談室



・対象 18歳以上 定員 20人 参加料 3,200円

・講師 東体育館 スポーツ指導員

・応募期間 平成30年12月1日~15日

・応募方法 往復はがきに①教室名②氏名(ふりがな)③年齢
④住所⑤電話番号を記入して応募

〒813-0003 福岡市東区香住ヶ丘1丁目12-2

福岡市立東体育館 TEL 092-672-0301