

＼初心者大歓迎／

＼運動に苦手意識がある人でも大丈夫／

追加募集！！

パラディソ

PARADISO体操

～身体・心・精神性のバランス整える～

開催期間

令和8年1月20日～3月10日

9:45～10:45

全8回
毎週火曜日

【会場】東体育館 健康体力相談室

【講師】小金丸先生

【対象】65歳以上

【応募期間】定員に達した場合終了

【持ち物】動きやすい服装、水筒

【申込方法】

【定員】15名

往復はがきにてお申込みください。

【参加料】6,000円（保険料含む）

詳細は東体育館ホームページをご覧ください。



福岡市立東体育館 〒813-0003

FUKUOKA CITY HIGASHI GYMNASIUM

福岡県福岡市東区香住ヶ丘1丁目12-2

お問い合わせ

電話 092-672-0301

