



公益財団法人尼崎市スポーツ振興事業団

スポーツ振興基金

「スマイル健康事業」

参加
無料

体力づくりのポイント

ひとりで行える効果的な体力づくりを実技を交えながら行い、
体を動かす「楽しさ」「心地よさ」「体の変化」を感じてみませんか？

【実施日】平成24年3月16日(金)

午前10時から11時30分まで

【場 所】サンシビック尼崎 3階 大会議室

【対 象】16歳以上の地域住民

【定 員】先着30人



【申込期間】平成24年2月21日(火)から定員に達するまで

【申込方法】サンシビック尼崎1階窓口もしくはお電話で・・・

※定員になり次第締切りとなります。詳しくはサンシビック尼崎へお問合せください。



お申込み・お問合せ先

サンシビック尼崎 6413-8171 ※月曜日休館