

# 男前！健康運動教室 <全20回>

## 日程

金曜日 午後1時30分～3時

5月	10 開講式	17 測定	24	31
6月	7	14 調理実習	21	28
7月	5	12	19	26
8月2日～8月30日 夏休み				
9月	6	13	20	27
10月	4	11	18 測定	25 閉講式

持ち物 屋内用運動靴、動きやすい服装  
タオル、飲み物、ファイル

### お問合せ

NPO法人総合型スポーツクラブ ウェルネスむらかみ

電話 52-6311 (村上体育館内)