

単発講座

☎382-7009

全て先着15名迄。(人数が変更になる場合があります。)

体操系	開催日：14時~15時	申込日：午前9時~
ロコモフレイル	8月2日(月)	7月19日(月)
気功フレイル	8月3日(火)	7月20日(火)
ロコモフレイル	9月6日(月)	8月23日(月)
気功フレイル	9月7日(火)	8月24日(火)
ロコモフレイル	10月4日(月)	9月18日(土)
気功フレイル	10月5日(火)	9月21日(火)
ロコモフレイル	11月1日(月)	10月18日(月)
気功フレイル	11月2日(火)	10月19日(火)
ロコモフレイル	12月6日(月)	11月22日(月)
気功フレイル	12月7日(火)	11月24日(水)
気功フレイル	1月4日(火)	12月21日(火)
ロコモフレイル	1月31日(月)	1月17日(月)
気功フレイル	2月1日(火)	1月18日(火)
ロコモフレイル	2月7日(月)	1月24日(月)
気功フレイル	3月1日(火)	2月15日(火)
ロコモフレイル	3月7日(月)	2月21日(月)

※コロナウイルス感染症の為、中止になる場合があります。