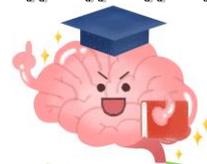


脳トししながら 楽しく運動しよう!



～ライフキネティック体験講座～

ドイツ発祥のエクササイズで、体を動かしながら簡単な脳トしを行い、記憶力低下予防や注意力アップなどに役立てましょう。
失敗しても大丈夫!大切なのはいっぱい楽しんで笑う事!



実施日 6月23日(月曜日)

午前10時から11時30分

場所 原市集会所 1階会議室

募集人数 20人(定員を超えた場合は抽選)

持ち物 室内履き・タオル・飲み物・運動できる服装

申込期限 6月10日(火)必着

講師 高橋 孝介(まなびすと指導者)

