

平成30年度 西部公民館主催事業

健康教室（3B体操）

「スポーツを楽しみ 健康に過ごそう」

講師 山口みどり
時間 10:00～11:30
会場 西部公民館（研修室）
対象 北本市在住・在勤の人。
定員 10人
参加費 1,000円（運営費）



	内 容	開 催 日	使用会場
1	第1回 3B体操	9月 7日（金）	研修室
2	第2回 3B体操	9月21日（金）	研修室
3	第3回 3B体操	10月 5日（金）	研修室
4	第4回 3B体操	10月19日（金）	研修室
5	第5回 3B体操	11月 2日（金）	研修室
6	第6回 3B体操	11月16日（金）	研修室



申込み 8月10日（金）9:00から西部公民館窓口にて受付
受付開始時に定員を超えた場合は抽選となります。

※問い合わせ； 西部公民館 591-0410