

笑って 歌って 踊って アンチエイジング 楽しいエクササイズ



笑って歌って踊って行う楽しいエクササイズです。
老化予防の脳トシや、お顔の筋トシなど、全身を使って若返りを目指します。

日時 6月15日（日） 14時～15時半

場所 庭窪コミュニティセンター3階ホール

講師 西島 美砂子 先生（健康管理士・アンチエイジングアドバイザー）

定員 20名程度（事前申込） 参加費 無料

お問合せ
お申込み

守口市庭窪コミュニティセンター
TEL 06-6902-0580



バスでご来館の場合…京阪バス「京阪守口市」から「五番」下車すぐ
お車でご来館の場合…当館の駐車場が満車の場合は近隣の駐車場をご利用ください