

### 第3期 ストレッチ&体幹トレーニング教室

日程	12/11. 18. 25 1/8. 15. 22. 29 2/5. 12. 19. 26 3/5 (全12回・木曜日)
時間	13:00~14:00
会場	東野幌体育館 研修室1
対象	16歳以上
定員	30名
受講料	4,800円
講師	齊藤 千鶴子
申込期間	令和7年11月17日(月)~19日(水)
申込場所	市民体育館・大麻体育館・青年センター・東野幌体育館
申込方法	上記4体育館に設置してある申込用紙に必要事項を記入の上、 お申込みください。(申込人数が定員を超えた場合は抽選となります)