

令和2年

9月5日(土)

13:30~15:30

ステイホームで体力が落ちたと感じる皆さん、自宅でできる運動で体幹をきたえ、健康に過ごしましょう！

講師

スタジオF代表
江藤 やす世 氏

☆場所

山口男女共同参画センター

☆申込

電話 FAX Eメール

☆定員

先着15名

☆持ち物

運動できる服装

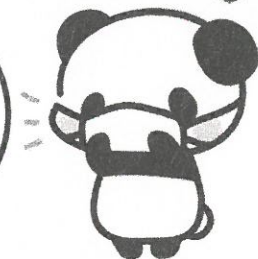
ヨガマットまたはバスタオル

飲み物、汗拭きタオル

※託児は
ありません。

マスクを
持って
きてね！

SOCIAL
DISTANCE



主催：山口市男女共同参画センター

参加費
無料

楽しく動いて体幹づくり



【申込・問合せ先】

山口市男女共同参画センター
ゆめぼぼら

山口市中央2丁目5番1号

TEL & Fax (083) 934-2841

Eメール mw3kaku@c-able.ne.jp

URL <http://www.y-djc.com/>

Facebookもやってます



【お願い】

★ご参加に際しては必ずお名前、ご連絡先をお知らせください。

★マスクの着用、手指消毒、検温にご協力をお願いします。

★当日、発熱などの症状のある方はご参加いただけない場合があります。