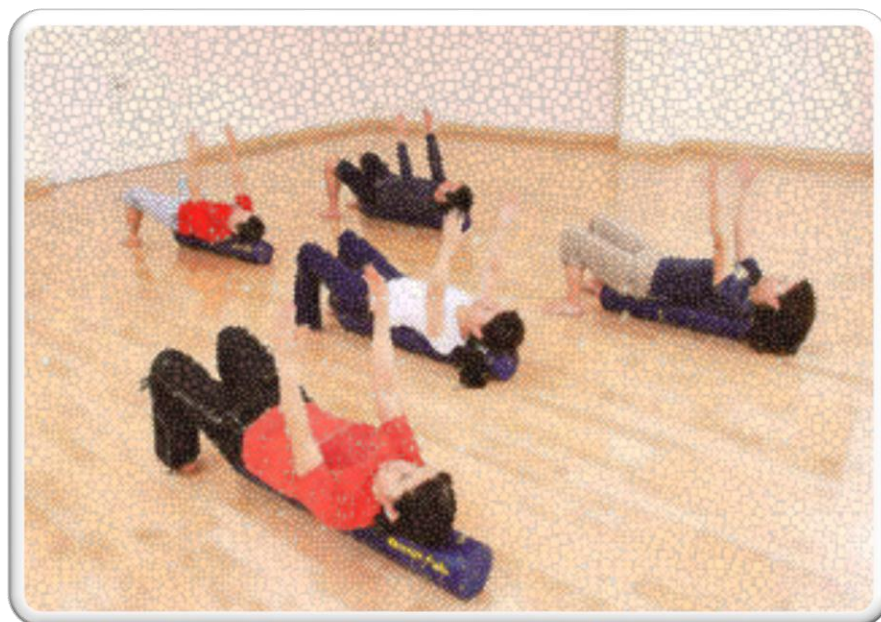


# ストレッチポールで心と身体をリフレッシュ！



ストレッチポールは  
当日無料貸し出し  
致します。



和室でリラックスしながらストレッチポールを  
使って心と身体をリフレッシュします。

## ～ 募集要項 ～

- 日 程 : 平成31年2月26日(火)  
10:30~11:30
- 会 場 : 牧野生涯学習市民センター・牧野北分館 和室
- 講 師 : 松本健三先生(牧野スポーツ)
- 参加費/定員 : ひとり 500円(当日お支払い) / 定員7名
- 持 ち 物 : タオル 飲み物 動きやすい服装で
- 受 付 : 2月8日(金) 10:00~ 先着順  
電話または牧野生涯学習市民センター窓口で  
お申し込みを

お問い合わせ 牧野生涯学習市民センター  
050-7102-3137