

リズムに合わせて

一度試してみてください
ください

フレッシュアップ

体操教室

新鮮力を高めましょう！
5年先、10年先の
生活の質を落とさないために
音楽のリズムにあわせながら
体幹、筋力、バランスの
維持と増進につながる
ヒントをお伝えします♪♪



募集

20歳以上の女性

講師紹介

マタニティ整体
Private salon IRIE
理学療法士
田仲 亜希恵

日時

定員

1

2024年2月15日（木）
10時30分～11時30分

15人

2

2024年3月21日（木）
10時30分～11時30分

15人

場所

富田林市立
じないまち交流館 2F和室

受講料

700円（各回）

【申込先】富田林市立 じないまち交流館

【電話番号】0721-26-0110

【申込期間】2024年1月10日（水）～

【アクセス】近畿日本鉄道「富田林駅」下車 南出口より 徒歩7分

【主催】富田林寺内町4施設指定管理者 ㈱ビケンテクノ



富田林寺内町4施設HP