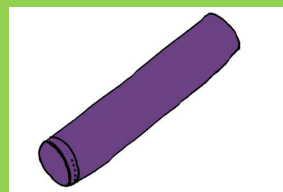


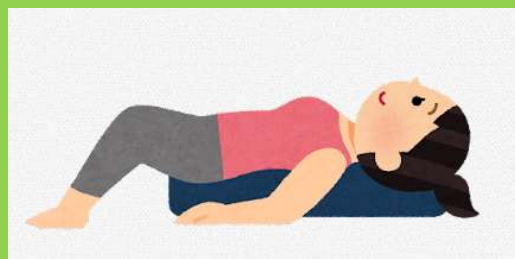
中央区立産業会館 presents I♥CHUO 2022
みんなの健康をサポートします

新!
ストレッチも筋トレも



ポール エクササイズ

4月から新しい教室が始まります。
ストレッチポールを使っての運動。
疲れや筋肉痛の回復、体を伸ばすなど幅広い効果が期待出来ます。



📅 4月16日(土)10:00-11:00
21日(木)19:30-20:30

👤 各回定員10名 応募者多数の場合は抽選
(中央区在住・在勤・在学の方)

🏠 中央区立産業会館 4階 和室

📄 無料

☺ お申込み 各開催日の3日前までに 中央区立産業会館へ窓口/電話/
FAX/メールにて受付
氏名・住所・連絡先電話番号・年齢・メールアドレスをお知らせください

👜 参加者持ち物：動きやすい服装、飲み物、バスタオル、マスク着用

お問合せ

中央区立産業会館

中央区東日本橋2-22-4

平日・土日9時~21時

TEL:03(3864)4666

FAX:03(3864)4588

Mail: sangyo@chuo-sangyo.jp

HP: <https://www.chuo-sangyo.jp>

