

さあ筋活はまだまだこれから！

# 青空ジム(公園体操)

軽い筋トレ&ステップ運動

10月末まで毎週開催(雨天・祝日はお休み)

運動しやすい服装 水分・タオル等の持参

火曜日 9:00~9:30	あかつき公園	南郷通14丁目北7
金曜日 9:00~9:30	あかね公園	本通9丁目南6

開催期間:6月18日~10月末まで

