

特集

いつでも

誰でも

気軽に

# ライフロングスポーツプログラム

追加  
募集中

フィットネスで心も体もリフレッシュ(フィットネス部門)



楽トレッチ



バレトン



健康ボール



フィットネスフラ



ピラティス

お仕事帰りに

好きな種目だけでもOK

お手頃な参加費ですべて  
受講できる!3ヶ月で4500円

満員  
御礼

8種目のスポーツに挑戦してみよう(スポーツ部門)



カローリング



スラックライン



ビーチボールバレー



ウォーキングサッカー

新種目にバドミントンと  
パルクールが追加されました。  
次回の募集は12月です。



村公式ホームページで  
詳しく紹介しています。

●問合せ先 中央公民館内生涯教育課