

リズムに合わせて ダンスダンス



なんと参加費 無料です!!

仙台つどいの家に通所しているダンス好きな知的障害者の方と一緒に
楽しく体を動かして体力をつけませんか？

簡単なストレッチと軽い運動です。お気軽にいらしてくださいね。

6月12日水曜日 午後 1:45~2:30

幸町市民センター 会議室

講師：健康運動指導士 早坂 聡子 先生

持ち物：上靴 ・ 飲み物 * 動きやすい服装で

申し込み：不要

問い合わせ先：仙台つどいの家 022-293-3751 阿部・小田中