

# 「体育の時間」 with teacher! NEXT

## 『ストレッチウォーク

## 全3回 & ソシアルエクササイズ』

2017年(木) 14時~16時 (下記の日程になります)

① 4/13 ② 4/20 ③ 4/27



歩き方一つで変わる

なにかがあります

気持ちも心も

前向きに



☆社団法人ダンススポーツ連盟 競技力 指導員

☆ハートフルエクササイズ認定インストラクター

野々宮 久美子先生にご指導をお願いしております

お申し込みお問合せは下記の『みんなの学校』まで

【定員】約15名

【対象】健康で動ける一般男女(年齢不問・未就学児不可)

【参加費】無料

【場所】みんなの学校2階

【持ち物】動きやすい服装、タオル、飲み物

【問合せ】まちなか交流スペース「みんなの学校」

住所：和歌山市米屋町2 TEL：073-460-2028

11:00~19:00(休校日 火曜日)

