

筋肉をためて、いつまでも行きたい所に行ける体力づくり





開催日

金曜日 (祭日を除く) 14:00~15:30

10月2・9・16・23日

11月6・13・20・27日

12月4・11・18・25日

1月8・15・22・29日

2月5・12・19・26日

場
所:練馬区立桜台体育館
剣道場

対 象:概ね60歳以上申込み:各回2日前まで

定 員 17名(会員登録制)

会 費 入会金 3,000円 月会費 3,000円

無料体験あり

1回毎の参加費 950円

持ち物 上履き・タオル・飲み物・マスク

【お問い合わせ・お申し込み】 2日前までに下記へご連絡ください。

TEL: 090-1408-9900 (担当) 南波 e-mail: sakuradai.staff3@gmail.com



新型コロナウイルス感染症対策として、換気・消毒・ソーシャルデイスタンスを取って開催をしています。







