

チャレンジフラネタリウム

星に願いを☆健康体操

フラネタリウムの星空の下で

椅子に座ったままのストレッチで

体と心をほぐしましょう

6月23日(日)14:45~15:30

講師:CFM実行委員会理事長 健康体操運動指導士

<https://www.npocfm.com>

小林 美穂 先生



参加費:無料

対象・定員:中学生以上 30人(先着・予約)

持ち物等:動きやすい服装

飲み物(途中で水分補給の時間をとります)

申込受付:6月13日(木)8:40~ 電話・FAX

松本市教育文化センター

松本市里山辺2930-1

Tel 0263-32-7600

Fax 0263-32-7604

