

## 社会経験者大学第4回講座

# ラジオ体操で **もっと!** 元気に!



日時：**9月25日(木)**

**午後13:30~15:00**

(受付13:00~)

会場：**シーアリーナ (総合体育館) 多目的体育室**

講師：**横田 紀子 氏 (宮古市体育協会指導員)**

### ✿持ち物・服装など✿

ふれあい学習ノート、汗拭きタオル、飲み物  
中ズック (外履き袋の持参にもご協力下さい。)  
動きやすい服装



お友達と  
誘い合って、  
出席しま  
しょう♪



【お問い合わせ】 中央公民館 ☎62-5807

裏面もご覧ください。