

健幸フェスタ 2018

～総合型ブースを出展します(^^♪～

smart wellness mitsuhe
"健幸"なまち スマートウェルネスみつげをめざして～

健 **幸** **フ** **ェ** **ス** **タ** **2018**

とき **6月24日(日)**
9時00分～16時00分

ところ **ネーブルみつげ**

健康ウォーキング 世界でたった一つの おにぎりを作ろう!
100名限定

脳健康教室 ミニオレンジカフェ

お笑い合わせ / 健康福祉課 いきいき健康係 ☎61-1370

総合型では…

★「親子で体力アップ」
⇒ 9:45～10:15 (交流サロン付近)
○普段忙しく運動不足のお父さん、お母さん。子供と一緒に体力アップを目指してみませんか?

★「HIPHOP ダンス体験会」
⇒ 10:30～11:00 (交流サロン付近)
○短時間でダンスのリズム・動きが習得できます。

★「美ボディ体操」
⇒ 13:15～13:45 (いきいき健康づくりセンター)
○家庭で出来る簡単なストレッチ・筋トレなどを教えます。

◆持ち物：動きやすい服装でタオル・飲み物

当日の飛び入り参加 OK!

参加を希望される方は総合型地域スポーツクラブまで
(TEL62-3661) お申込みください!

