

みなとげんき広場

(ロコモにならない身体を目指して)

お久しぶりです。リズムに合わせて
簡単な体操をみんなと一緒に♪

日時: 1月17日(月) 10時~11時

会場: 伏見港公園体育館(当日受付)

参加費: 無料 (当日、検温と健康チェックをします。)

★新型コロナウイルス感染防止のため、感染対策を講じて開催します。

スリムサポートかなえ隊が実演します



上履きを持参してください

**50歳以上の運動
制限のない方なら
どなたでも
参加できます**

スリムサポートかなえ隊って?

伏見保健センターの「京都市健康づくり
サポート養成講座」を修了した人たちが
結成されたボランティア団体さんです。

伏見港公園管理事務所

電話: 075-611-7081