

# 健幸アツプ教室

## 11月の開催予定

### 【開催日】

火曜日：11日・18日

水曜日：5日・12日・19日・26日

金曜日：14日・21日・28日

### 【時 間】

火曜日（ウォーキング） 10:30～11:00

水曜日・金曜日（筋力UP） 14:00～14:30

水曜日・金曜日（筋力UP） 19:00～19:30

- 健幸アツプ教室専用の回数券をご購入ください。
- ご参加をご希望される日の前日18時までに、施設受付にて予約をお取りください。
- 定員は15名です。（お申し込みは先着順です。）