

# 4月から運動教室の プログラムが変わりました



**毎週火曜日**

**椅子体操**

**PM13:00～13:30**



**毎週水曜日**

**ノルディックウォーキング**

**AM10:00～11:30**

**今後リニューアルして増設予定  
乞ご期待♥**



Thank you