

## 【 2021年度 貯筋体操教室日程 】

何歳になっても健康的に活動できることを目指し、貯筋体操教室を開催します。

会 場	日 程	時 間
5区会館	4月15日(木) 7月16日(木) 10月21日(木) 12月23日(木) 2月24日(木)	10:30~ 11:45

会 場	日 程	時 間
佐久地区伝承館	4月16日(金) 6月25日(金) 8月20日(金) 10月22日(金) 12月24日(金) 2月25日(金)	10:30~ 11:45

会 場	日 程	時 間
保健センター	4月16日(金) 5月21日(金) 6月25日(金) 7月16日(金) 8月20日(金) 9月17日(金) 10月22日(金) 11月19日(金) 12月24日(金) 1月21日(金) 2月25日(金) 3月18日(金)	13:30~ 14:45

会 場	日 程	時 間
1区会館	4月15日(木) 11月18日(木)	13:30~ 14:45