

新磯ふれあいセンター



初心者向け体幹を鍛える バランスボール教室

日程 令和5年3月3日(金)～3月24日(金)
毎週金曜日 計4回実施
午前10:00～午前11:30

場所 新磯ふれあいセンター
多目的ホール

対象 18歳以上 (高校生は除く)

健康寿命をのばす為
運動習慣を
取り入れましょう！



定員 20名 (先着順)

参加料 2,500円 (※初回集金)

申込み 1月20日(金)から
電話・FAXもしくは窓口へ

※定員になり次第締め切ります



新磯ふれあいセンター (れんげの里あいそ)
相模原市南区新戸2268-1

電話:046-255-1311 FAX:046-255-1361

新磯ふれあいセンター



みかん湯

令和5年 2月 4日 (土)

午前10時30分～午後4時00分 (最終入場午後3時45分)

大人	260円
高齢者(65歳以上)	130円
小人(中学生以下)	130円
障がい者手帳等をお持ちの方	無料



みかん湯に入ると、
からだがよく温まると
いわれています



新磯ふれあいセンター(れんげの里あいそ)

相模原市南区新戸2268-1

☎ 046-255-1311 Fax 046-255-1361