

東林ふれあいセンター

初心者
向け

介護予防

ストレッチ教室

3月6日(水) 午後1時半～ 3時

イスやタオルを使ってストレッチをおこなう初心者向けの教室です。普段運動をされていない方、転倒や骨折予防のために始めてみませんか。

場 所

東林ふれあいセンター 多目的室2・3

対 象

60才以上の方 20人(申込順)

参加料

500円

申込み

2月2日(土)より
電話または窓口へ



東林ふれあいセンター 電話 042-745-7660

相模原市南区東林間1-22-17 Fax 042-745-7661

※ 駐車場に限りがございますので、ご来館は公共交通機関、自転車、徒歩
でお願いいたします。

指定管理者：(公財)相模原市まち・みどり公社 20190202-0305