

参加費
500円



【講師】和坂 貴礼 他

- ・健康運動実践指導士
- ・fit style代表

和歌山城ホールの いきいき体操

日時：令和7年3月21日（金）10：30～12：00

場所：和歌山城ホール 3階リハーサル室

内容：・脳トレ（認知予防プログラム）
・チェアエクササイズ

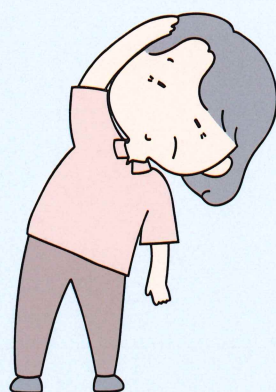
定員：30名（先着順）

持ち物：動きやすい服装・室内シューズ・タオル
飲み物をご用意ください。

受付：3月1日（土）10：00～

※お電話にてお申込みください（参加費は当日徴収します。）

みんなで朝から元気になりましょう



【お問い合わせ・申し込み】

和歌山城ホール ☎073-432-1212(9:00～22:00)

〒640-8156 和歌山市七番丁25番地の1

主催：和歌山城ホール

協力：fit style

指定管理者：(株)ケイミックスパブリックビジネス

後援：和歌山市・和歌山市教育委員会

Tall Trees



和歌山城ホール
LINE
お友達登録
すると
イベント
情報を受け
取れるよ！