

下釜サロン

セラバンド体操

出席される方は自宅で体温計での
検温をお願いします
37度以上の発熱や具合が悪い場合には
おやすみしてください
マスク着用でお出かけください
消毒用アルコールは事務局で準備します

【下釜サロン】

日時：9月22日（木）13時30分～

【セラバンド体操】

日時：9月27日（火）14時00分～

9月から第2・4火曜日に変更します

第2火曜日9月13日は気温の上昇が予想されます
ので、第4火曜日より再開します

ところ：北下釜集会所

参加費：無料です セラバンドは1本800円です（頒価）

持参物：飲み物をお持ちください

申込み：申込み不要です。ご自由にご参加ください

主催：きらり健康生活協同組合
鎌田支部