

～朝日げんきクラブ さわやかサロン～

イスに座って

☆ストレッチ ☆脳活性化トレーニング ☆ダンス

脳トレ運動教室⑩



講師 セルロダンススクール三重校 *Ayane*先生

日時 1月8日(水曜日) 14:00～15:00

会場 保健福祉センター(さわやか村) 1階ホール1

対象者 朝日町在住のおおむね60歳以上の方

参加費 100円(ドリンク付)

持ち物 汗拭きタオル ※動きやすい服装でお越し下さい。

申込先 1月6日までに朝日げんきクラブ事務局(朝日町社会福祉協議会)へお申込下さい。

送迎 下記の通り運行します。

柿柳屋前⇒堤防(柿)⇒町営住宅⇒埋縄谷川様前⇒柿第二公園⇒

13:05 13:08 13:11 13:13 13:15

柿・渡月橋(7Aノト)⇒白梅喫茶店前⇒北栄(きりん)公園⇒河野電器前⇒

13:16 13:21 13:23 13:26

カットイン⇒朝日ランドリー前⇒センター

13:29 13:31

申込・お問合せ先 朝日げんきクラブ事務局(朝日町社会福祉協議会) TEL 377-2941

----- き り と り -----

さわやかサロン『脳トレ運動教室⑩』申込書

| 参加者氏名 (年齢) | 地区 | 送迎希望者は上記の停留所を記入して下さい。 |
|------------|----|-----------------------|
| | 歳 | |
| | 歳 | |

踊りたい曲リクエスト [_____]

締切日 1月6日(月曜日)