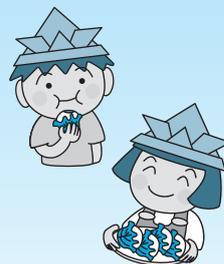


保健福祉センターだより

各保健福祉センターの問合せ・5月の休館日

◆小城保健福祉センター「桜楽館」	☎73・7117	5月12日(土)、13日(日)
◆三日月保健福祉センター「ゆめりあ」	☎73・9280	5月21日(月)、22日(火)
◆牛津保健福祉センター「アイル」	☎51・5515	5月14日(月)
◆芦刈保健福祉センター「ひまわり」	☎66・5566	5月26日(土)、27日(日)



牛津保健福祉センター「アイル」

「太極拳」は呼吸に合わせてゆっくり体を動かします。
肩こり、腰痛の改善や下半身の強化にぜひご参加ください!

漢方マッサージと

毎週土曜日
10:30~11:30

太極拳

参加者募集中



随時参加者
募集中です!!
キッズダンス

毎週水曜日開催中
【小学生対象】
ヒップホップのダンス教室です

※各教室 受講料 月(4回) …¥3,000

第19回

アイル杯

グラウンドゴルフ大会

個人でもグループでも参加OKです!!

日時

5月8日(火)

集合…8時30分 スタート…9時
※詳しい内容、参加申込み、参加費などは
アイルにお問合せください。

三日月保健福祉センター「ゆめりあ」

♪2012年4月START! ゆめりあ教室案内♪



参加者募集

月	火	水	木	金	土
10:30~11:30 簡単ステップ	10:30~11:30 コアシェイブエアロ		10:30~11:30 ZUMBA	10:30~11:00 ポールフィットネス	10:30~11:30 初心者ヨガ
NEW 13:30~14:00 ファイティングビート 14:00		NEW 13:30~14:00 簡単ボール			11:45~12:15 Let'sサーキット
	19:30~20:30 ZUMBA	19:30~20:15 ダンベルビート	19:30~20:30 ボクサdeシェイブ	19:30~20:15 Let'sサーキット	



※教室参加には、
トレーニング室利用料¥300が必要です。

※有料教室※

◆美ューティーBody◆

期間：5/8～7/31
(毎週火曜日)

◆太極拳◆

期間：5/9～7/25
(毎週水曜日)

詳細は「ゆめりあ」まで