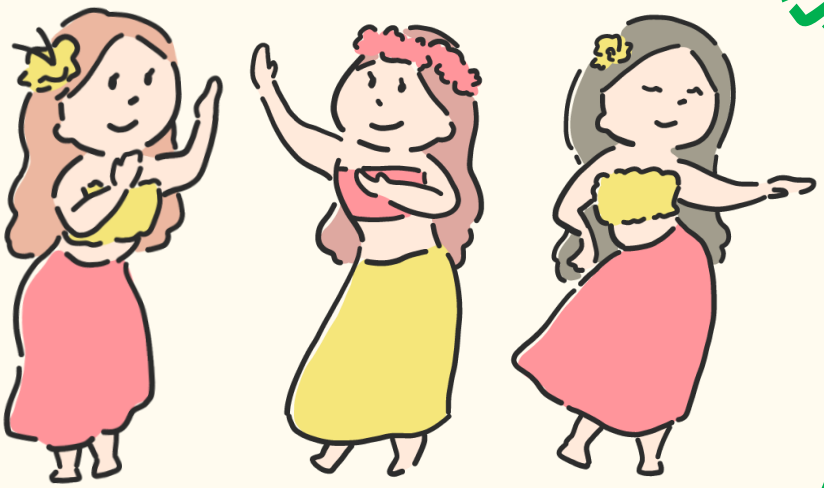
健康フラダンス

1月7日（木）12：00～13：00

大　広　間

予約不要　ビデオを見ながらみんなで練習

参加費はいりません



体力向上・筋肉の強化・血行促進・リラックス効果・

ストレス解消・癒し効果などが期待できます。

堺市立堺老人福祉センター【指定管理者株式会社ビケンテクノ】

〒590-0822 堺市堺区協和町3丁128-4

☎ 072-244-7155 FAX 072-243-4078

開館時間：9：00～17：15

ホームページ https://sakai-fukushi.net/

ホームページ

