

八尾市市民活動支援ネットワークセンター「つどい」 (ブログ)

大阪府八尾市の魅力ある市民活動情報をブログ形式で発信しています！
ぜひぜひご覧下さい(^_^)!



ご案内：「健康ダンスの基礎とストレッチヨガ」 & 「ラジオ体操」

2012-08-05 18:58:08 | 【アーカイブス】市民活動情報 (行事案内・開催等)

登録団体の行事のご案内です。

「健康ダンスの基礎とストレッチヨガ」

美容と健康&若返りと転倒予防に。ご一緒しませんか。

開催日 (月2回開催) : 9月5日 (水) ・ 19日 (水)

10月2日 (火) ・ 23日 (火)

場所 : 八尾プリズムホール 5 F 練習室 1 ・ 2

時間 : 午後1時30分～午後4時00分

時間割 : 午後1時30分～午後14時30分 : 健康ダンスの基礎

休憩30分

午後3時00分～午後4時00分 : ストレッチヨガ

参加費 (1回) : 100円

持ち物 : 運動しやすい服装 ・ 汗ふきタオル ・ 水筒 ・ 上履き ・ ヨガマット又はバスタオル

「ラジオ体操」

若返り ・ 健康 ・ 転倒予防にご一緒しませんか。

開催日 : ほぼ毎日 (ただし9月1日より開催)

場所 : 本町第2公園 八尾市公園管理事務所前

時間 : 午前7時00分～ 10分ほど

内容 : ラジオ体操第1 ・ 第2 ・ みんなの体操

参加費 : 無料 ・ 自由参加

詳細はちらし (画像) をご覧ください。

クリックすると大きく表示されます。

↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓

goo blog お知らせ

- ★ goo blogは20周年を迎えました!
- 🍀 訪問者数に応じてdポイント最大1,000pt当たる!
- 🎵 皆さんにおすすめしたい人気ブログをご紹介します
- 🐱 今週のお題「#新緑」をチェック

プロフィール



フォローする

自己紹介

八尾市市民活動支援ネットワークセンター「つどい」は、大阪府八尾市内で市民活動（NPO）に携わっておられる方&これから携わりたい方を支援するためのセンターです。

(yao-tsudoi.ecnet.jp)

ログイン

編集画面にログイン

ブログの新規登録

goo blog おすすめ

おすすめブログ

@goo_blog

goo blog をはじめる

お客さまのご利用端末からの情報の外部送信について

カレンダー

2024年5月

Calendar grid for May 2024 with days of the week and dates.

最新記事

今週末に開催されるイベントのご紹介です！

大人のためのおはなし会 2024春 in 青少年センター【朗読ことのは】

懐かしい方々・お世話になった方々【今年からの4ヶ月強をまとめます】

「ジャパンあるていすと展2024」が開催されます！

【助成金情報】5月から募集開始になる助成金のご案内

GWのおでかけに『スマホで八尾めぐり』

【初心者向け】障がい者ガイドヘルパー養成講座のご案内

家庭教育講演会「私にありがとう」家庭倫理の会 中河内

やんや大感謝祭

ラジオ体操 9月1日より 若返り・健康・転倒予防に 一緒にしませんか

美容と健康ら若返りと転倒予防に 一緒にしませんか

健康ダンスの基礎とストレッチヨガ

9月5日(水)・19日(水) 10月2日(火)・23日(火) 八尾プリズムホール5F 練習室1・2

お問い合わせ ほほえみ 072-993-5069 島村よしのぶ

コメント

< はじめまして。中島光です。 | トップ | ご案内：「講演会 わにわに...」 >

このブログの人気記事

開催「第28回 世代を越えたふれあい祭」(曙川東...

文化展 秋津書道会・しきなみ短歌会【家庭倫理の...

幻じゃなかった由義寺(ゆげでら)の塔 ほたるの乱舞の夕べ&蛍火の茶会【木心庵】

【お知らせ】えほんライブ2024

志紀小学校区で開催されるイベントをpickup!

太陽の広場ふれあいまつり タイムスケジュール

【 포스팅 効果で大盛況!! 】児童16名が「公...

おとなのドッジボール大会【高安ドッジボールクラブ】

懐かしい方々・お世話になった方々【今年からの4ヶ月...

最新の画像 [もっと見る]



今週末に開催され 51分前 大人のためのおは 3日前 大人のためのおは 3日前 大人のためのおは 3日前 大人のためのおは 3日前

コメントを投稿