

# アクトレで楽しむ ラジオ体操と筋トレ



昨年開園された

芥川緑地・健康づくり広場

【アクトレ】で 青空のもと

ラジオ体操と健康遊具を使った筋トレに

取り組んでみませんか

10月23日(木) 10:00～12:00

|     |                                                                                                                 |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 講 師 | NPO 法人全国ラジオ体操連盟指導委員 当山 倫子さん                                                                                     |
| 場 所 | 芥川緑地・健康づくり広場 アクトレ (高槻市南平台5丁目19)<br>現地集合・解散 (天候不良時: 当日 6:55 頃の NHK 天気予報において<br>大阪・午前の降水確率 50%以上の時は、10月30日(木)に延期) |
| 対 象 | 市内在住または通勤・通学の方                                                                                                  |
| 定 員 | 20人(多数抽選) 無料<br>※参加決定の方にのみ 14日(火)から連絡いたします                                                                      |
| 持ち物 | 運動に適した服装と靴、水分補給用の飲み物                                                                                            |
| 申 込 | 10月6日(月)より 10日(金)までに、電話、直接窓口または簡易電子申込で<br>(電話・窓口は平日の午前9時～午後5時15分まで)<br>※定員に達しない場合は 14日(火)以降、電話、窓口にて申込順で受付       |

問合せ 高槻市立阿武山公民館  
高槻市奈佐原2丁目11-12 (電話)072-693-0188

※お聞きした個人情報は、他の目的では一切使用いたしません

※公民館に駐車場はございません 来館の際は公共機関をお使いください

簡易電子申込 →

24時間受付可

