

令和7年度 サンシティホール講座

第4期

”貴方の健康年齢を維持するための”
身体元気リズム体操です。!!



期間： 令和8年1月14日～3月25日(3か月、10回)毎水曜日13:00～14:30

場所： サンシティホール1階多目的ホール

講師： 野中葉子先生（健康運動指導士） ヨーコ健康づくり教室代表

対象： 30歳以上の伊丹市民

募集人員： 40名(申し込み多数の場合は抽選)

受講料： 5,000円(別途保険料 110円必要)

申込み締切り： 令和7年12月24日(水)必着



講座日

8年	日程表(10回)			
1月	14	21	28	
2月	4	18	25	
3月	4	11	18	25

◆申込方法 「往復ハガキ」か「FAX」に講座名・住所・氏名・年齢・電話番号
(FAX番号)を記入のうえ下記宛にお申込み下さい。

〒664-0023 伊丹市中野西1-148-1

サンシティホール「脳トレ、筋トレ教室」係

Eメールでもお申込みいただけます。(メールアドレス sunhall@bca.bai.ne.jp)

TEL 072-783-2350

FAX 072-785-2461