



身体が弾めば心も弾む

から始める若返り

**参加費
無料**

Smile スマイル エクササイズ

骨格の構造を生かした運動を、分かりやすく説明しながら、家庭でも気軽に取り組めるトレーニング方法を実践します。

お気軽にどうぞ♪
夜コースも開設しました

社会人向けに

**《Aコース》****日時**

11月6日・13日
20日・27日 18:00～19:30
※いずれも月曜日

場所 市民文化センター

(東広島市西条西本町28-6)

定員 50人 ※抽選後受講決定者のみにハガキで通知

申込方法 ①講座名 ②希望コース ③郵便番号・住所 ④電話番号 ⑤お名前(ふりがな) を明記の上、ハガキまたはファックス、市民文化センター窓口、メールにてお申込みください。

締切 10月13日(金)必着**《Bコース》**

1月16日(火)・23日(火)
30日(火)・2月7日(水)
 10:00～11:30
※A・Bコースともに同じ内容です

●
講師
 広島大学
 人間社会科学研究科
 准教授
黒坂志穂さん

お申込み・お問合せ

公益財団法人 東広島市教育文化振興事業団
 〒739-0043 東広島市西条西本町28-6

TEL (082)424-3811**FAX(082)423-5251**

Mail center01@hhface.org

メールでお申込みの場合は
 こちらのQRコードからもできます

