

レクリエーションダンス！

(音楽に合わせて、楽しく体を動かす体操♪)

『レクリエーションダンス』は...

- ・ 難しい振り付けはありません❤️
- ・ 初めての方もムリなく楽しめます🤝
- ・ 手足を動かして、運動+脳トレ✨
- ・ イスに座ったままでもOK🪑

先生が優しく教えてくれます😊

日時 3月3日(火)13時30分～14時30分

場所 きくの里1階

対象者 草加市在住の高年者

定員 25名

参加費 無料

持ち物 飲み物、動きやすい服装でお越し下さい
(室内履き不要)



申し込み 2月3日(火)10時～開始 電話もしくは来所にて
(空きがあれば当日参加可)

 谷塚駅⇄きくの里(近隣の乗降場)送迎実施中

※通常のきくの里フィットネスは14:30開始！！

申し込み・
問い合わせ

電話

048-929-3611

住所

〒340-0024 草加市谷塚上町704-3

社会福祉法人草加市社会福祉事業団

草加市在宅福祉センターきくの里



事業団HP



Facebook



きくの里HP



事業団LINE