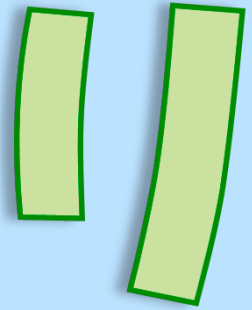


火曜日開催
12:00~12:45

座すわ



1日

8日

15日



5日

12日

26日



3日

17日

24日



7日

14日

28日



4日

18日

25日



3日

17日

24日

音楽に合わせて、柔軟・
有酸素運動・筋力トレーニングを行います☆

ふれあいランド岩手
体育館
対象：障がい者・高齢者
一般は要相談

ふれあいランド岩手 スポーツ指導グループ

019-637-4469

