



令和8年度 ファミサポ交流会



カラダを動かしてリフレッシュ! ～ フキトシエアロ ～



トレーニングを取り入れたやさしいエアロビクス講座
初めての方、運動不足を感じている方、一緒に楽しく汗をかきましょう!

日 程 : 令和8年5月29日(金) 10:00~11:30

場 所 : 保健センター 1階

対 象 : 援助会員・依頼会員・子育て支援に関心のある向日市民の方

講 師 : 竹内 静香 さん (パーソナルトレーナー)

定 員 : 20名(先着順) *動きやすい服装でご参加ください。

持ち物 : 飲み物、タオル *保育をご希望の方はお問い合わせください。

申込み : 5月22日(金)までに電話または来所にて受付



* お問い合わせ・お申込み *

向日市ファミリーサポートセンター

向日市寺戸町東野辺 31 保健センター2階

TEL/FAX:(075)932-7831

月~金/9:00~17:00

メール : famisapo@city.muko.lg.jp

ホームページはこちらから→

