

お助け サンエス だよ!

立春を迎え春はすぐそこまで来てます



今月のお助けイベントは…

3月 9日開催!

10:00~12:00

ながらで出来る

簡単ストレッチ

いつもの運動にプラスワン



講師：リラクゼーションセラピスト
石川サザエさん



当日はタオル持参及動きやすい服装でお越し下さい

この企画は地域の皆様の為、無料です

地域のみなさんのお助けになる
イベントを毎月開催しています!
ご近所でお誘い合わせの上、
お気軽にお越し下さい!!

お問い合わせ／熊本市中央区黒髪1丁目8-34
☎096-343-2235(担当/堂原)

イベント会場は3Fです

※駐車場は従来通りの場所です

