

楽しく体を動かしたい方

にこにこ体操サークル

毎週水曜/なごみの館会場

午前10時~10時45分

※令和3年5月5日、11月3日、令和4年2月23日はお休みです。



利用について

概ね65歳以上の方でしたら、参加できます。定員がありますので、参加希望の方は事前にお申し込みください。

送迎バスを利用される方は、手を挙げて運転手に合図しご乗車ください。

持ち物

動きやすい服装で、タオル、飲み物、料金(500円)をご持参ください。

サークルに参加される際は、マスクの着用をお願いします。また、体温が37.5℃以上の方や風邪症状のある方は、参加をご遠慮ください。

※初回のみ年間保険料1,200円が必要です。(保険料支払い日の翌日以降(次回)から体操に参加できます。初回から参加されたい方は事前にご相談ください)

