



市民塾

スクエアステップ

ぼけ防止！軽やかステップ
新しいエクササイズ！

日時： 第2木曜日 10:00～11:30

第4木曜日 13:00～14:30

参加費： 500円/回

講師： 若松 豊

場所： NPO法人茨城県南生活者ネット

0297-60-8067

龍ヶ崎コミュニケーションハウス

龍ヶ崎市川崎町5番地

