

堂島エアロビ教室

【平成 28 年度の活動報告】

【平成 29 年度の活動予定】

- ◆ 毎月 3 回を基本とし、日曜日の 18 時 45 分から 1 時間、堂島地区公民館において運動を実施。
- ◆ 会員を 1 人でも増やせるように声掛けを実施したいと予定しています。

【PR 等】

健康維持と会員の方々とのコミュニケーションをより良く図る教室です。