

令和 8 年度 セレクト型はつらつくらぶ

秋田市委託事業

参加費無料

対象：秋田市在住 6 5 歳以上

これまで、はつらつくらぶ事業に参加したことがない方

会場：M's スポーツクラブ土崎教室

内容：エアートランポリン、体幹運動、柔軟、ストレッチ

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル

時間：13：30～15：00

1 クール目 定員 20 名

9 月 30 日、10 月 8 日、14 日、28 日、11 月 11 日、18 日

時間：13：30～15：00

2 クール目 定員 20 名

12 月 2 日、16 日、23 日、1 月 13 日、27 日、2 月 10 日

【問い合わせ先】 株式会社 M・S・C 「M's スポーツクラブ」

TEL 0 7 0 - 5 3 2 5 - 2 4 1 2

メール mclub@yahoo.co.jp 担当 松村

ラインからのお申し込みも可能 →

