

当日参加OK

参加
無料

いきいき元気教室

開催スケジュール

場所

3F イベントスペース

時間

10:30~11:30

開催日	教室内容	開催日	教室内容
7/1(月)	認知症予防と健康軽体操 講師/ペアレトレーナー 荘野やよみ	7/5(金)	気功 太極拳 講師/日本武術太極拳連盟 公認A級指導員 福田房子
7/8(月)	椅子に座って やさしい ヨガ 講師/ヨガインストラクター 村上貴美	7/12(金)	うたごえ広場 講師/クロスオーバー・シャンソン歌手 谷本 惣一郎
7/15(月)	認知症予防と健康軽体操 講師/ペアレトレーナー 渡辺綾子	7/19(金)	気功 太極拳 講師/日本武術太極拳連盟 公認A級指導員 福田房子
7/22(月)	椅子に座って やさしい ヨガ 講師/ペアレトレーナー 伊佐雅美	7/26(金)	うたごえ広場 講師/クロスオーバー・シャンソン歌手 谷本 惣一郎
7/29(月)	認知症予防と健康軽体操 講師/ペアレトレーナー 藪木三恵	8/2(金)	気功 太極拳 講師/日本武術太極拳連盟 公認A級指導員 福田房子
8/5(月)	椅子に座って やさしい ヨガ 講師/ヨガインストラクター 村上貴美	8/9(金)	資生堂 美容教室(ご予約優先) 申込:1階 中島薬局 ※10:30までに会場にお集まりください。
8/12(月)	認知症予防と健康軽体操 講師/ペアレトレーナー 藤林雄大	8/16(金)	気功 太極拳 講師/日本武術太極拳連盟 公認A級指導員 福田房子
8/19(月)	椅子に座って やさしい ヨガ 講師/ペアレトレーナー 荘野やよみ	8/30(金)	うたごえ広場 講師/クロスオーバー・シャンソン歌手 谷本 惣一郎

ご予約・お問い合わせ

ペアレれんがどおり
TEL:0823-20-6311



クレストホームページ 

おトク! 旬なおトク情報満載! 今すぐチェック!
WEB限定 クーポン http://www.kurecrest.jp/

呉駅直結だから便利!
呉駅ビル クレスト
CREST



営業時間 9:00~20:00 TEL:0823-23-2233
(一部店舗を除く) 〒737-0029 呉市宝町1-16 (中国SC開発株式会社 呉支店)

※いきいき教室は、定員に達した際や会場の都合などにより募集を締め切る、ご参加をお断りする、開催を見送る場合があります。あらかじめご了承ください。

