

# 体 操 ク ラ フ



**開催日 / 7月26日 (木)**

**時間 / 14:00 ~ 14:30**

**場所 / かみの里 フラワー棟ホール**

★ 外部から先生をお招きし、フラダンスの要素を取り入れながら、ご高齢の方でも「座いながらできる体操」を行います。ご家族、地域の方どなたでも参加できます。動きやすい服装で、いらして下さい！

≪ 毎月の開催日は、ホームページでご確認下さい ≫