

体力測定会(秋)

開眼片脚立ち
テスト

目を開けたまま
片脚で何秒立てるか

参加費：**無料**

日時：2023年10月11日（水）
10時00分～11時00分（60分）

定員：15名 受付開始日：9月6日から

対象者：八千代市在住・在勤の60歳以上の方
※年齢確認の身分証明証が必要となります。

いつまでも元気であるための健康運動教室です。
現在のご自身の身体をこの機会に把握してみましょう

皆様のご参加お待ちしております

八千代市ふれあいプラザ