

気軽に **ふら**っと参加できるフィットネス

村山市民は どなたでも



参加費無料！

参加申込不要！

開催スケジュール

昼クラス

時間：10：00～11：00

令和7年 5月 29日(木)

飴葉プラザ

6月 26日(木)

飴葉プラザ

7月 24日(木)

飴葉プラザ

8月 7日(木)

飴葉プラザ

9月 25日(木)

大高根地域市民センター

夜クラス

時間：19：00～20：00

令和7年 5月 26日(月)

ウェルベース村山

6月 23日(月)

ウェルベース村山

7月 28日(月)

ウェルベース村山

8月 25日(月)

ウェルベース村山

9月 22日(月)

ウェルベース村山

※10月以降の日程は只今調整中です。

〈お問合せ〉 村山市保健課 健康指導係（内線137）