

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

10月 23日(木)

袖崎地域市民センター

11月 27日(木)

戸沢地域市民センター

12月 25日(木)

富本地域市民センター

令和8年 1月 22日(木)

大倉地域市民センター

2月 26日(木)

西郷地域市民センター

3月 26日(木)

大久保地域市民センター

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 20日(月)

ウェルベース村山

11月 17日(月)

ウェルベース村山

12月 22日(月)

ウェルベース村山

令和8年 1月 26日(月)

ウェルベース村山

2月 16日(月)

ウェルベース村山

3月 23日(月)

ウェルベース村山

〈お問合せ〉 村山市保健課 健康指導係（内線137）