

回覧

サンアップル 体操の時間

どなたでも参加できます。オンライン参加は無料！

ちょこっとストレッチ

水曜日 9:30～9:45

木曜日 13:30～13:45

15分だけ！

すきま
隙間時間体操

☆オンライン限定☆

ストレッチタイム

火曜日 10:00～10:45

金曜日 13:30～14:15

サンアップルで対面参加、
オンラインでの参加、
どちらからでも大歓迎！

～オンライン参加方法～

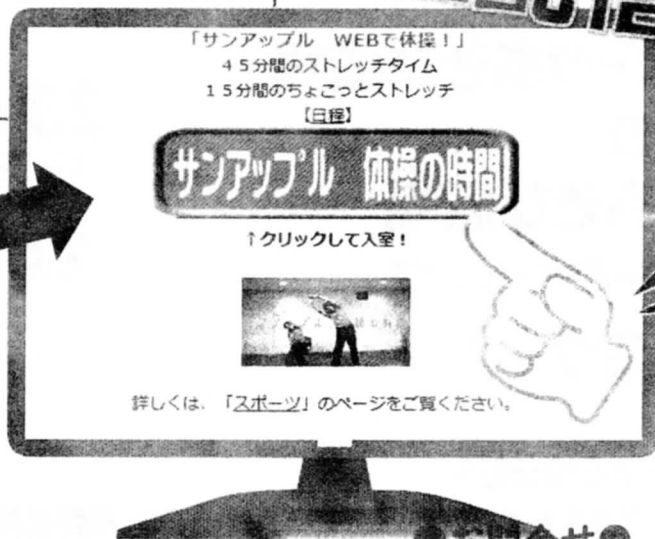
ZOOMを使用します。

生配信！

サンアップル



簡単
アクセス



●お問合せ●

スポーツ課 026-295-3442