

運動系

参加する場合、各連絡先にお問い合わせください！

NPO 法人はちきた SC

健康体操教室

[活動日] 火,木曜

10:30~12:00

[場 所] アローレパーク八王子

[利用料] 1,650 円/回~

<https://arawore-sportsclub.jp/>

NPO 法人はちきた SC

健康体操教室

[活動日] 水,木,金曜

10:00~15:00

[場 所] アローレパーク八王子

[利用料] 400 円/回

<https://arawore-sportsclub.jp/>

犬目ゴムバンド

ゴムバンド教室

[活動日] 毎週火曜

10:00~11:30

[場 所] 犬目町会館

[利用料] 100 円/回

[連絡先] 瀧嶋みね子

Tel: 090-3003-3936

犬目スローオンラインフィットネス

健康体操教室

[活動日] 第 1、3 金曜

13:30~14:15

[場 所] 犬目町会館

[利用料] 無料

[連絡先] 瀧嶋みね子

Tel: 090-3003-3936

町会員のみ

レインボー

健康体操教室

[活動日] 第 1~4 月曜

10:00~11:30

[場 所] 犬目町会館

[利用料] 500 円/回

[連絡先] 寺島敏江

Tel: 090-2420-8184

上川体操

介護予防教室

[活動日] 第 1,3 火曜

14:00~15:30

[場 所] 上川農村環境改善センター

[利用料] 33 円/回

[連絡先] 高齢者あんしん相談センター川口

Tel: 654-5475

ライフキネティック

介護予防、脳トレ

[活動日] 隔週火曜

9:30~10:30

[場 所] 上川農村環境改善センター

[利用料] 700 円/回

[連絡先] 青木 剛

Tel: 090-5543-0953

からまつスロ-エアロビクス

健康体操教室

[活動日] 第 2,4 月曜

10:00~10:45

[場 所] 唐松センター

[利用料] 無料

[連絡先] 山口茂

Tel: 090-4932-4929