

きんとれ  
かるがも館で近トレ！



足腰を鍛えるための  
「近所で元気アップトレーニング」

略して「<sup>きんとれ</sup>近トレ」  
を週1回一緒に始めませんか？！

【開催日】 毎週水曜日

【時間】 10:00～11:00

【場所】 かるがも館 2階会議室

【参加費】 無料