

区民ホールde体験シリーズ vol.7

# “リズム体操1日体験教室

～楽しい健康づくり～”



心地よい音楽に合わせて  
無理なく行う全身運動です。  
みなさん楽しく健康になりましょう！

date (実施日) **6月30日 (月)**

time **10:30～11:45** (レッスン時間約60分)

講師：**濱田 百合子先生**

(NPO法人リズム体操研究会インストラクター)

定員：30名(先着・事前予約制)

参加対象：どなたでも(お子様の同伴不可)

参加料：500円(税込)

持ち物：水分、タオル、運動に適した靴

※動きやすい服装でお越しください♪

(ジーパン、スカートは不可)

開催場所：大阪市立城東区民ホール

※お電話・FAXまたは区民ホールまでお越しください。



城東区マスコットキャラクター  
「コスモちゃん」

お問い合わせは・・・

大阪市立城東区民ホール

**06-6932-2000**

開館時間 9:30～21:30 (休館日 年末年始)

主催：大阪市立城東区民ホール

(指定管理者：大阪ガスビジネスクリエイト株式会社)

# 区民ホールde体験シリーズ vol.7



## “リズム体操1日体験教室

### ～楽しい健康づくり～”

お申込みは、来館・電話・FAXのいずれかで城東区民ホールまでお申し込みください

#### 会場周辺地図



※駐車場はありません。車でのご来場はご遠慮ください。

お申込み・お問い合わせは・・・

大阪市立城東区民ホール  
〒536-0005

大阪市城東区中央1丁目3番6号

TEL: 06-6932-2000

FAX: 06-6932-2030

開館時間 9:30~21:30

(休館日 年末年始)

#### <交通案内>

地下鉄長堀鶴見緑地線・今里筋線

「蒲生四丁目」下車 1番出口より

徒歩8分

JR大阪環状線、京阪電車「京橋」下車

徒歩12分

## 【FAX送信票】

“リズム体操1日体験教室 ～楽しい健康づくり～”参加申込書

大阪市立城東区民ホール FAX:06-6932-2030

<ふりがな>		<年齢>	<ご住所>
<お名前>			〒
<お電話番号>			<FAX>
<どこでこのイベントをお知りになりましたか?>			

※個人情報の取り扱いについて 頂いた情報は適切に保管し、本講座実施に関する目的以外では使用致しません。