



# “リズム体操”



人気のリズム体操1・2月開催分のご案内です。  
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！  
初めての方もぜひご参加下さい。

date【実施日】

## 1月29日・2月12日（木）

time 13:30～14:45 (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)



城東区マスコットキャラクター  
「コスモちゃん」

定員：30名程度(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：1000円(全2回分)

※1回のみ参加もOK！(500円)

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

※お電話または区民ホールまでお越しください。

※台風など気象状況により、安全のため、

中止になる場合がございます。予めご了承ください。

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1-3-6

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：大阪ガスビジネススクリエイト株式会社)

### 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。

#### <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