

様式第2号（第7条関係）

団体紹介資料

ふりがな 団体名	リフレッ ^{たいそう} シュ体操
活動内容	健康体操
団体及び活動内容 のPR	32年間、途切れることなく活動しています。 音楽に合わせてストレッチ、筋力トレーニング、バラ ンス体操、筋トレ体操などを行います。 体の柔軟性、筋力、バランス感覚の向上とめ ざし、健康維持を図っています。
実施場所	高山区民館
実施日	原則毎月第2・4月曜日
実施時間	18時30分～20時
団体の登録者数	13人
会費	有（1ヵ月あたり 1500 円） ・ 無
講師名	鈴木 佳子
問合せ先	氏名 ^{あわ た ようこ} 栗田 洋子 電話番号 54-1591

※当資料は窓口での縦覧及び市ホームページ掲載等により、広く一般に公開します。