

# ストレッチ教室開催のお知らせ

体育管理室 職員による

「**コンパル ストレッチ教室**」を開催致します。

**開催曜日**： 木曜日（月4回）

**時間**： 午後3時から午後4時までの1時間

**場所**： 柔剣道場（5階）

**料金**： **無 料**

**参加条件**： 年齢・性別に関係なくどなたでも歓迎

**\*お願い**： **運動ができる服装**でご参加ください。

申し込みは不要です。ご自由にお越し下さい。



**9月**

**実施予定日は**

**3・10・17・24日**です。



**10月**

**実施予定日は**

**8・15・22・29日**です。

