

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。



1月

実施予定日は

9・16・23・30日です。



2月

実施予定日は

6・13・20・27日です。

