スポーツ・レクリエーション体操・ダンス

グループ名	スリムアップサークル	
代表者名	クラシマ　ヨウコ 倉島　洋子	
活動場所	堀金公民館	
活動曜日	水曜日	
時間	10:00～11:30	
発足年	２０１９年	
構成人員	２２人	
入会条件	無	
会費等	無	
上部団体	無	
紹介 PR	有酸素運動のエアロビクスを中心に、筋トレ、ストレッチ、脳トレを行います。 健康維持や増進を目的に、音楽に合わせ、運動します。ストレス解消、気分転換にもなります。	
担当者	クラシマ　ヨウコ 倉島　洋子	
電話	0263-82-5594	
E メール		