



里山の湯



いきいき体操ご案内

身体機能改善を目的とした簡単なストレッチや体操など健康運動指導士の指導の下、毎週火曜日に実施しています。どなたでも気軽に参加できますので、ご来館下さい。体操のみでもok!!

日時： 毎週火曜日 11:00～11:40

場所： 里山の湯 畳コーナー ※参加費・予約不要