

# 3B体操

開催日：第1、3 火曜日 10:00～11:00

受講料：1,000円(月額)

初めての方  
大歓迎！

運動が  
苦手な方でも  
気軽に！



すべての世代  
の方に！

体に無理なく  
集いの場としても！

新規受講生募集中

場所 北部市民センター 1階 多目的ルーム

講師 公益社団法人日本3B体操協会  
公認指導者 桐山千代子

募集人数 8名

申込み 北部市民センター受付へお電話、または直接お申込みください

見学、体験など  
お気軽に  
お問い合わせください

お問合せ

姫路市 北部市民センター

〒671-2103

姫路市夢前町前之庄2160番地

TEL:079-336-4080

ホームページURL

<https://himeji-hokubu.net/>

