

프리즘홀 입구 로비에서 운동

리듬 @프리즘

누구나, 원할 때, 원하는 만큼 참여 OK!

휠체어 사용자나 걸음이 불안정한 사람, 영유아 동반 참여도 대환영!

음악에 맞춰 자신만의 방식으로 몸을 움직여 보세요!

개최일: 11 월 22 일, 11 월 29 일, 12 월 6 일, 1 월 10 일, 1 월 24 일, 2 월 21 일, 2 월 28 일

① 쉬운 코스 9:00~10:15

② 활발히 몸을 움직이고 싶은 코스 10:30~11:15

회장: 야오시 문화회관 프리즘홀 1 층 입구 로비 빛의 광장

참가 무료, 신청 필요 없음, 당일 직접 회장으로 오세요.

부상 방지를 위해 움직이기 편한 신발을 착용해 주세요.

내비게이터: 나니와의 안무가 시게안 즉 기타무라 시게미 씨