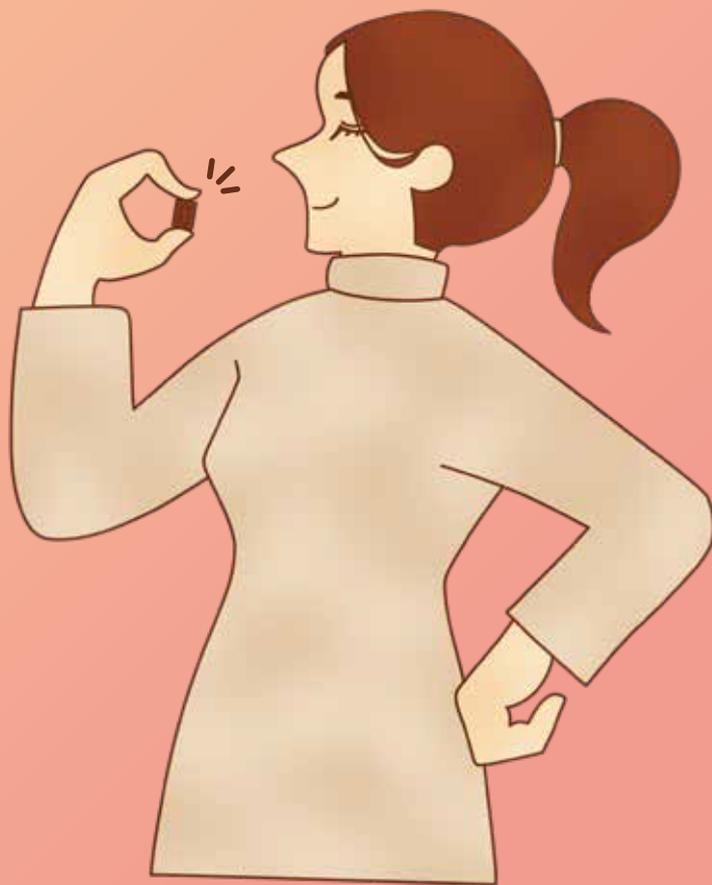


チョコっと体に いい話

チョコレートの甘い香りが漂う季節になりましたね。
食べ過ぎてしまうと体に悪いイメージがありますが、
実は体にとってもおいしい効果があるんです！
講座と体操で、実践しながら楽しく学びましょう



2024年 2月5日 月
18:15 - 19:45

参加費..... 1000 円

定員..... 13名

持ち物..... 動きやすい服装

場所..... パレット柏 多目的スペース B



講師
長岡智津子
「～ Health&Beauty ～ Feel 株式会社」
「Dance Studio NAGAOKA」代表。楽しく・
美しく体を動かすことをモットーに性別・年
齢を問わず、多くのメニューで心身の健康
増進と生きがいがづくりのプログラムを提供。
非日常的な体験企画も提案し笑顔溢れる人
生の道案内人。

【事前予約】お電話でお申込み下さい
パレット柏総合受付

TEL 04-7157-0280

2024年1月4日(木) 9:00 から予約開始



〒277-0005
柏市柏一丁目7番1-301号
Day One タワー3階
柏駅南口より徒歩3分

柏市文化・交流複合施設

パレット柏
PALETTE KASHIWA