

参加者募集

親子

親子で楽しく体を動かしたい方大募集!!

3B体操教室

3B体操とは……？

ボール、ベル、ベルターの3つの用具を使い、
音楽に合わせて体を動かす健康体操です！



日時：令和7年4月から令和8年3月までの第4土曜日

(6月、11月を除く・全10回)

午前10時から11時まで

場所：蓮沼交流センター 2階 多目的スタジオ

(山武市蓮沼ハの4832-3 オライはすぬまの向かい側)

対象：市内在住・在学のお子様（1歳から新小学2年生まで）と
その保護者の方

※兄弟での参加も可能ですが、内容については、
対象年齢のお子様向けとなります。

定員：親子10組（先着順）

教材費：お子様お1人あたり 1,000円

持ち物：飲料水、動きやすい服装

申込方法：成東中央公民館の窓口

または電話で申込み



【申込み・問合せ先】

山武市成東中央公民館

山武市津辺 262 番地 1

☎ 0475-82-3641