

聞いて得して
・試して納得

《いい友体操日程》

笑って笑って
効果倍増

場所 ・ 曜日	11月	12月	R2・1月
三郷団地中央集会所 (月曜日) (9:30~11:30)	11日 18日・25日	2日・9日 16日・23日	
瑞沼市民センター (月曜日) (13:30~15:30)	11日 18日・25日	2日・16日・23日 (多目的室)	20日 ----- 27日 (多目的室)
鷹野文化センター (火曜日) (9:30~11:30)	12日・19日 26日	3・10日 (PM) 13:30~15:30 ----- 24日	14日・21日 ----- 28日 (PM)
文化会館 (火曜日) (9:30~11:30)	12日・26日	10日・24日	14日・28日
吉川・美南地区公民館 (火曜日) (13:45~15:40)	5日・12日 19日・26日	3日・10日 17日・24日	7日・14日 21日・28日
文化会館 (水曜日) (9:30~11:30)	13日 (展示室) 20日・27日	11日・18日 25日	8日・15日 22日・29日
東和東地区文化センター (水曜日) (13:30~15:30)	6日・13日 20日	4日・11日 18日	8日 22日・29日
総合体育館 (木曜日) (9:30~11:30)	7日・14日 21日・28日	5日・12日 19日・26日	9日・16日 23日・30日
戸ヶ崎コミュニティセンター (木曜日) (9:30~11:30)	7日・14日 21日・28日	12日・19日 26日	9日・16日 23日・30日
葛飾区柴又 (金曜日) さくらみち集い交流館 (10:00~12:00)	1日・8日 22日	6日・13日 20日	10日・17日 24日・31日
高州地区センター (土曜日) (10:00~12:00)	2日 (会議室) 9・16・30日	7日・14日 21日	11日・18日 25日

