

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

TEL 080-4155-5100 ホームページ [ii-tomo.net](http://ii-tomo.net)



※ 新型コロナウイルス感染対策の為、開催時間を30分短縮しています。