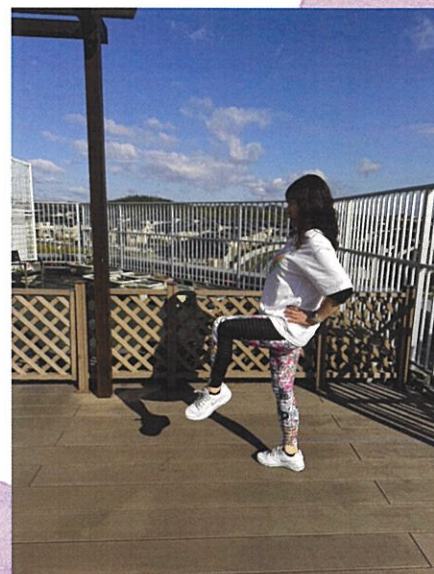


はつらつアップル体操教室 『継続は力なり④』



講師 丸岡美奈 理学療法士

令和6年 6月23日 (日) 10時~11時
参加費 500円 当日ご持参下さい
場所 アップル学園前2Fデイケアフロア
定員 40名



『運動習慣』 ついてますか？

運動を習慣づけて、
梅雨や酷暑を乗り越えましょう！

★ご用意いただくもの★

・室内用の靴・汗拭きタオル・水分補給のドリンク・参加費

①ご来場での参加の方は

アップル学園前 ☎0742-51-2200にお申し込み頂き、下記の会場へお越し下さい。お車の場合は申込時にお伝え下さい。



②ZOOM無料オンラインで参加の方は

アップルホームページのメールでお問い合わせに下記の内容を入力し送信して下さい。

- ・名前・メールアドレス
- ・連絡先
- ・はつらつアップル体操ZOOM参加希望



初心者スマホ教室

同時に受け付けております！裏面をご覧ください

医療法人北寿会 アップル学園前

☎ 0742-51-2200

ホームページ : <http://www.apple-g.or.jp/>

〒631-0003 奈良市中登美ヶ丘4-3

アップル学園前

検索



初心者スマホ教室

毎日の生活がぐっと便利に！もっと楽しく！

2回分
500円
参加費

開催日時・場所

7/25(木)・8/22(木) 14時～15時 アップル学園前5階

スタッフが分かりやすく教えます！！

- 文字の入力方法
- メールやLINEの使い方
- カメラの使い方
- インターネットで調べ物をしたい
- 旅先で便利な地図アプリを使いこなしたい
- 無料の音楽を聴きたい
- アプリのご紹介 など

お申し込みはお電話で。下記番号までお気軽にお電話ください

医療法人北寿会 アップル学園前



0742-51-2200

〒631-0003 奈良市中登美ヶ丘4-3