

活動分類 B-6 健康

【問い合わせ先】 津市教育委員会事務局教育総務部生涯学習課
059-229-3256

登録番号	氏名	指導内容	指導内容紹介	指導可能日	経費	問い合わせ先
133	脇田 礼子	3B体操	年齢、対象者に合わせて行う用具を使用する健康体操です	相談に応じます	1回5000円程度	a1q2n3fw@ztv.ne.jp
195	大西 則子	健康体操・気功体験	健康づくり仲間づくりを目標にしています。中高年女性を中心。	毎週、月火木金土日	交通費程度は負担してほしい。	059-224-1525
265	奥村 奈々子	身体にやさしい太極拳	はじめての方にもできるやさしい太極拳を指導します。	応相談	応相談	生涯学習課へお問い合わせください
265	奥村 奈々子	フレイル予防の体操	イスを使っの体操やストレッチなどフレイル予防の体操	応相談	応相談	生涯学習課へお問い合わせください
272	平林 敏美	動き身体づくり	誰でも手軽な方法で自由に動ける身体をめざします	応相談	公民館謝金に準ずる	生涯学習課へお問い合わせください

活動分類 B-6 健康

【問い合わせ先】 津市教育委員会事務局教育総務部生涯学習課
059-229-3256

登録 番号	氏名	指導内容	指導内容紹介	指導可能日	経費	問い合わせ先
272	平林 敏美	太極拳	呼吸に合わせて柔らかく ゆったりとした全身運動で す	応相談	公民館謝金に準 ずる	生涯学習課へお問い合 わせください