

# 令和7年 若竹こども講座 運動

日時	金曜日 午後4時30分～午後5時30分	欠席の際は、 下記連絡フォームまたは、 お問い合わせに記載の連絡先にご連絡ください。
場所	3階 講堂	
講師	西宮スポーツセンター指導員	
持ち物	水筒（水分補給ができるもの）	
講座回数	24回	
お問い合わせ	若竹生活文化会館 0798-67-7171	
お知らせ	動きやすい服装、運動靴でお越しください。	



## 講座スケジュール

月	第1週	第2週	第3週	第4週	第5週	備考
4月		11	18			
5月			16	23	30	
6月	6	13				
7月	4	11				
8月はお休み						
9月	5	12	19			
10月	3		17			
11月		14	21			
12月	5	12	19			
1月		9	16	23		
2月		13	20			
3月						