

ゆるっと運動 しっかりリフレッシュ！

モルック体験会

参加無料・予約不要

お子様からシニアまで、誰でも参加OK！

スタッフが優しくルールを教えます。

モルックって？



運動が苦手な方
でも大丈夫！

日時 令和8年
3月14日(土) 10:00～11:30

会場 片丘多目的研修センター(片丘支所)

○持ち物:動きやすい服装・水分・上履き

＼ お問合せはこちら ／

0263-52-0858

(塩尻市役所健康づくり課直通TEL)

片丘地区
ヘルスアップ委員会
事務局 (北田)