

シニアストレッチ健康体操

- 開催日時： 火曜／10:00～11:30（祝日休み） ※券売時間 9:50～10:30（混雑状況により異なります。）
- 対象： 65歳以上 **定員：20名（先着順）**
- 持ち物： 運動のできる服装 ※感染症対策期間は更衣室を利用せず参加できる準備でお越してください。
- 指導： 目黒健康体操連盟
- 利用料金： 65歳以上・障がい者／150円
- 開催場所： 3階／第1格技場（畳）



感染症対策について

当面の間、利用人数に制限があります。
利用の前に[感染症対策についてのご案内](#)
を必ずお読みください。

区の事業・施設整備等で休場する場合があります。館内掲示・[中央体育館公式HP](#)にてご確認ください。