

シニアリズム健康体操

- 開催日時： **金曜（祝日休み）**
 - ① 9:00～10:15
 - ② 10:30～11:45 } ※年末年始（12/28～1/4）は休館
※券売時間：開始10分前～終了1時間前まで（混雑状況により異なります）
- 対象： 60歳以上
- 持ち物： 運動のできる服装
- 指導： 目黒健康体操連盟
- 利用料金： 60～64歳／300円 65歳以上・障がい者／150円
- 開催場所： 3階／第1格技場（畳）

区の事業・施設整備等で休場する場合があります。ご来館の前に中央体育館公式HP「一般公開中止のお知らせ」をご確認ください。

