

若わかクラブ

元気で、楽しく、何でもやる！をモットーに活動しています。

毎週火曜日10：00～10：40

波方 港北集会所

特徴

- ①体操とカラオケ、体操とわなげ等、いろいろと活動を組み合わせて行っています。
- ②用事があるときや、調子が悪いときは無理をしないで来るときだけやろう！とのんびり頑張るグループです。
- ③暑い時期は夏休みをとり、寒い時は冬休みをとる、休暇の多いグループ活動です。



参加対象者

誰でも可

参加費

無料

主な活動

筋力つけタイ！操