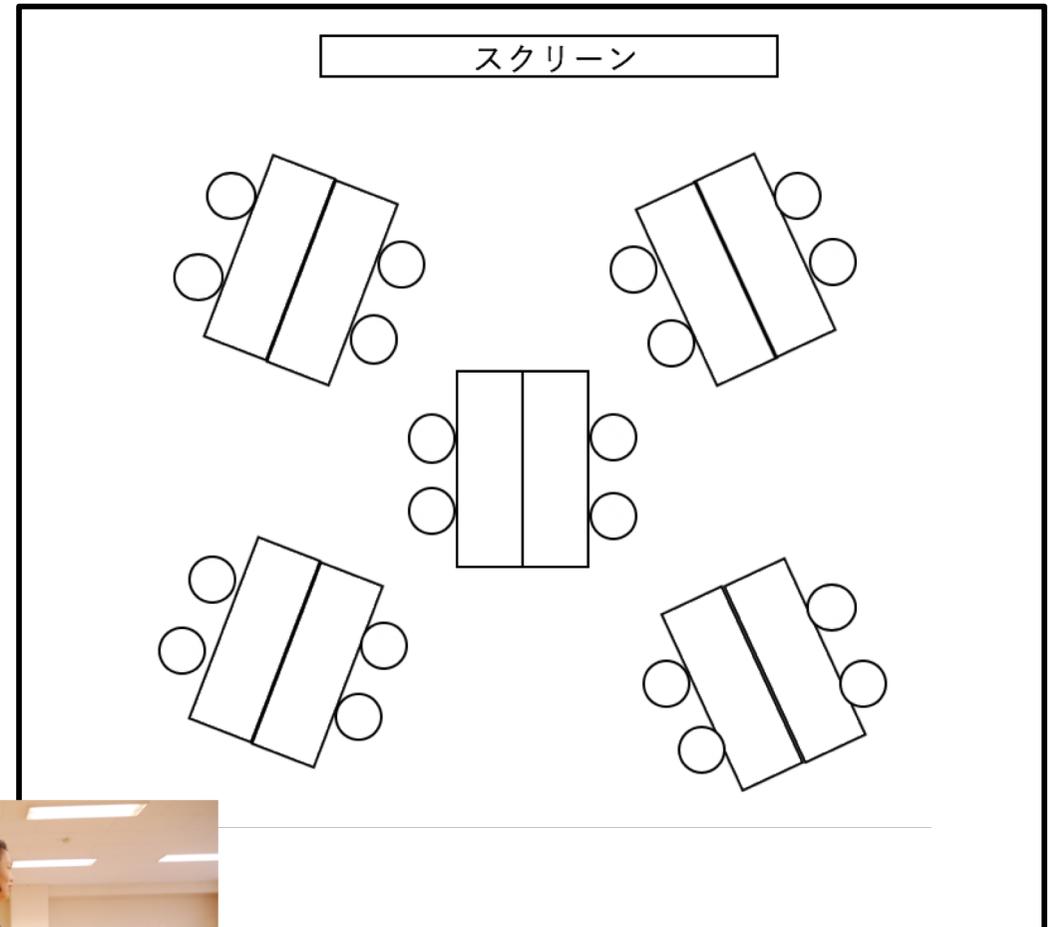
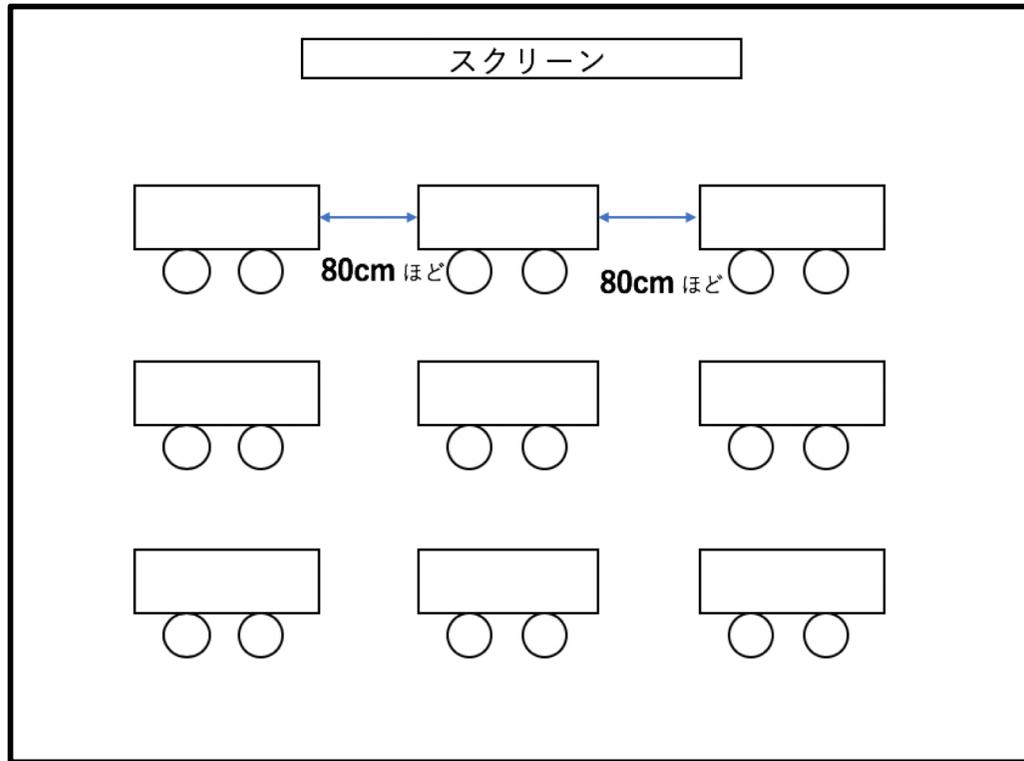


椅子やテーブルの希望の配置



<左右のスペース/椅子の配置>
写真のように肩の上に手を置いても
隣の人とぶつからない程度



<前後のスペース/机の配置>
椅子を後ろにひいて、
膝を伸ばして立ち上がれる程度

講座形式、島型形式どちらでもOK！
簡単な体操を行いますので、
机と机の間に 図 程度の
スペースがあると安心です。

テーブルなし、イスのみでも可