

チャレンジ スポーツ・クラブ

★★★
はつらつコース**12月3、10日（水曜日） 全2回****午後2時～3時30分****会 場：**町民体育館、スポーツ・レクリエーション広場**内 容：**シニアエアロビクス（3日） / ヘルスバレー（10日）**対 象：**50歳以上の人**定 員：**25人**参加費：**200円（保険代）※申込時**講 師：**阿部 由紀子先生 / スポーツ推進委員のみなさん**持ち物：**ヨガマットまたは大きいタオル（シニアエアロビクス）**飲み物、汗拭きタオル、室内用運動靴****申込開始：11月12日（水） 午前11時～****問合先：町民体育館 TEL. 0276-88-5355**

きりとせん

令和7年度 チャレンジ・スポーツ・クラブ ～はつらつコース～ 申込書 No. _____

ふりがな		性別	生年月日	昭和 月 日 (年 歳)
名 前		男・女	連絡先番号	
住 所				
普段から運動を週2回以上 (する ・ しない)			てくてくアプリをやって (いる ・ いない)	