

# チャレンジ スポーツ・クラブ



## 11月5、12日（水曜日） 全2回

### 午後2時～3時30分

会 場：町民体育館、スポレク広場

内 容：パドル体操（5日） / モルック（12日）※雨天時：ボッチャ

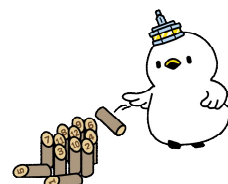
対 象：50歳以上の人

定 員：25人

参加費：200円（保険代）※申込時

講 師：白川 陽子先生 / 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（パドル体操）



飲み物、汗拭きタオル、室内用運動靴（雨天時）

申込開始：**10月8日（水） 午前 10 時～**

問合先：町民体育館 TEL. 0276-88-5355

きりとりせん

令和7年度 チャレンジ・スポーツ・クラブ～ゆるゆるコース～ 申込書 No. \_\_\_\_\_

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