

9月
スタート

楽しくいきいきとした生活！

楽しく 健康体操 教室

笑って楽しく健康体操！

脳トレ体操やレクリエーションで心と体を元気に。
運動が苦手な方も仲間と一緒に無理なく続けられる内容です。

教室について

開催日 9/2～12/16

毎週火曜日

※10/14、11/4は休講

時 間 10:00～11:00

会 場 春江体育館

持ち物 タオル、飲み物
内履き

参加費 チケット制
(4枚2,000円／10枚5,000円)

初回
無料体験



講師 海道泰貴 先生

資格：健康運動指導士
「一緒に楽しく運動しましょう」

主催：（公財）坂井市スポーツ協会

お問合せ先 春江体育館 ☎51-4242