

にっぷくはつらつ教室



大学生と一緒に体を動かしませんか！
健康であるためには運動は必要です!!普段、運動しない人も楽しくレクリエーションなどをしましょう!!
参加をお待ちしております！

◎日程：土曜日

9月30日、10月7日、14日、22日、28日

11月11日、18日、25日

◎時間：11:00~12:30

◎会場：日本福祉大学スポーツ科学棟（SALTO）

◎参加費：200円（2023年度保険料800円も必要です）

◎持ち物：運動しやすい服装、室内シューズ、飲み物、タオル

◎対象者：中高齢者（50歳以上）

お申込み・お問い合わせ
みはまスポーツクラブ事務局

☎0569-77-6383

申込期間～9月15日（平日9時から17時）

主催：みはまスポーツクラブ
日本福祉大学スポーツ科学部
協力：美浜町保健センター