

～シニアのための予防講座～**関節痛を防ごう！**

日程：令和6年12月12日（木）

時間：10：00～11：00

内 容：関節痛を予防するための運動を実践しながら学びます

場 所：塩釜市公民館

参加費：600円

対 象：どなたでも

定 員：30名 予約制 ※塩釜ガス体育館までお申込み下さい

準備物：フェイスタオル・汗拭き用タオル・飲み物・運動できる服装



講師：フクシ・エンタープライズ
【申込み書は裏面です】

～シニアのための予防講座～**関節痛を防ごう！**

日程： 令和6年 12月 12日 (木)

時間： 10:00～11:00

場 所： 塩釜市公民館

参加費： 600円

対 象： どなたでも

定 員： 30名 予約制 ※塩釜ガス体育館までお申込み下さい

準備物： フェイスタオル・汗拭き用タオル・飲み物・運動できる服装



塩釜ガス体育館
ホームページ
QRコード

- ・マスクの着用は個人の判断
- ・ご記入いただいた個人情報は予約状況の把握や緊急時に使用し、それ以外の目的では使用いたしません。

ご不明な点は、体育館までご連絡ください。又は、ホームページ上でお知らせいたします

お問い合わせ先： 特定非営利活動法人塩釜市体育協会 TEL：022-362-2101

～シニアのための予防講座・関節痛を防ごう！～申込書

ふりがな

氏 名：

連 絡 先：

住 所：

緊急連絡先：

生年月日： 年 月 日 (才)

緊急連絡先

氏 名：