

令和5年度 第2期

エンジョイ！健康づくり教室

8～10月の水曜日【1期全8回】

開催日8/23・30、9/6・27、10/4・11・18・25

ビギナー
クラス
(対象:初心者)
9:30～10:30
定員:15名

ステップ
クラス
(対象:経験者)
11:00～12:00
定員:15名

内容
・脳トレ
・自宅で出来る運動等

対象
・50歳以上の方
(医師から運動制限されていない方)



場 所 広島県立総合体育館 武道場(第1柔道場)

参加料

お一人様1回ごとに800円(全8回/期)(傷害保険料を含みます。)

※当日現金でお支払いください。

お申し込み 電 話: (082)228-1111【受付時間9:00～20:00】
方法 広島県立総合体育館 健康・体力サポートセンター

WEB: ホームページのWEBお申し込みフォームより必要事項
をご記入のうえ、お申込みください。



広島グリーンアリーナ

検索

【お申込み受付開始】

令和5年7月24日(月)9:00～※定員15名/クラス(要申込・先着順)

【お問い合わせ・お申込み先】

広島県立総合体育館 健康・体力サポートセンター

〒730-0011 広島市中区基町4-1

電話: (082)228-1111 FAX: (082)228-4992 ホームページ: <https://h-jigyoudan.or.jp/sports-center/>

【参加される際には、次のことをご確認、ご承諾の上お申込みください。】

★体調が良くない(発熱・咳・咽頭痛・倦怠感など)方は、当日の参加をお控えください。

★この講習会の様子を主催者が写真撮影します。当体育館のホームページ・刊行物への写真掲載については、予めご了承ください。

★お申し込みの際に記載の個人情報は、本事業の目的以外には使用いたしません。

令和5年度 第2期「エンジョイ！健康づくり教室」参加申し込み書(8～10月)

フリガナ		緊急連絡先	(名前) (連絡先)	希望クラス
名前		ご本人連絡先	(日中つながる電話番号)	☐ ビギナークラス ☐ ステップクラス
住所			年齢	性別
			歳	男性・女性