

令和5年度 第3期

エンジョイ！健康づくり教室

11～12月の水曜日【1期全8回】

開催日 11/1・8・15・29、12/6・13・20・27

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。)
 ※当日現金でお支払ください。

お申し込み方法

電話：(082)228-1111【受付時間9:00～20:00】
 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10月3日(火)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、ご承諾の上お申し込みください。】

★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3期「エンジョイ！健康づくり教室」参加申し込み書(11～12月)



フリガナ	年 齢	歳	希望クラス
名 前	性 別	男性・女性	<input type="checkbox"/> ビギナークラス <input type="checkbox"/> ステップクラス
住 所	ご連絡先		