

令和6年度 第1期

エンジョイ！健康づくり教室

開催日 4～5月の水曜日【1期全8回】

令和6年

4 / 3 ・ 10 ・ 24、 5 / 1 ・ 8 ・ 15 ・ 22 ・ 29

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期ごとに6,400円(全8回/期)(傷害保険料を含みます。)
※実施日初日に受付でお支払いください。

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

【お申し込み受付開始】

令和6年3月11日(月)9:00～※定員15名/クラス(要申込・先着順)

【但し、令和6年4月1日(月)は施設整備日等のため、受付等の対応はできかねます。】

【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、無理をせず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6年度 第1期「エンジョイ！健康づくり教室」参加申し込み書(4～5月)

フリガナ		年 齢		希望クラス
			歳	
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		