

令和4年 第1期

元気なシルバー いきいきトレーニング ～池尻コース～

令和4年4月8日～9月16日毎週**金**曜全**20**回

※4/29・5/6・7/15・8/12を除く

【A】： 9時30分～10時30分（60分）

【A】



【B】： 11時00分～12時00分（60分）

【B】



【A】・【B】どちらかご希望の時間帯をお申込みください。

【会場】 池尻小学校第二体育館 多目的室（世田谷区池尻2-4-10）

【対象】 60歳以上の方で、医師に運動を止められていない方

【定員】 (A)・(B) とも**12名（先着）**

【内容】 ストレッチ、筋トレ、脳トレなど

【参加費用】 (A)・(B) 各**20,000円**

【申込方法】 紙面の二次元コードを読み取りお申込みください。

※ハガキ・FAXの場合、別途手数料220円がかかります。

【申込締切】 定員に達し次第締め切り

※今後の社会情勢の変化によりましては、事業を中止する場合がございますので、予めご了承ください。

主催：公益財団法人 世田谷区スポーツ振興財団 共催：世田谷区 指導：日本水泳振興会

問合せ先：〒157-0074 世田谷区大蔵4-6-1

Tel. 03-3749-1090(臨時電話)

Fax. 03-3417-2813



公益財団法人

世田谷区スポーツ振興財団