



元気なシルバークラス いきいきトレーニング

大蔵水曜コース

令和3年4月7日～9月29日 毎週水曜(全19回)

※5/5・7/7～8/11を除く

(A) 9:20～10:20【60分教室】

(B) 10:40～11:40【60分教室】

(A)、(B)どちらかご希望の時間帯をお申込みください。



【会場】 総合運動場 第1武道場(畳)

【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15名(抽選)

【内容】 ストレッチ、筋トレ、脳トレなど

【参加費】 (A)、(B)各19,000円

【申込方法】 財団HPまたは以下の二次元コードよりお申込みいただけます。

※ハガキ・FAXの場合、別途手数料220円がかかります。

【申込締切】 令和3年3月11日(木)

【その他】 7月4日～8月16日の期間、大蔵運動公園施設一帯が東京2020大会に伴うアメリカ選手団のキャンプ地となるため、教室はお休みです。



申込み

申込用二次元コード

(A)9:20～

(B)10:40～



or

ハガキ・FAX

※別途手数料
220円がかかります。

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：株式会社日本体操研究所



お問合せ：公益財団法人 世田谷区スポーツ振興財団
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